

ЧЕСТНАЯ ИСТОРИЯ

ВКУСНЫЙ КУСОЧЕК СЧАСТЬЯ

ДНЕВНИК ТОЛСТОЙ ДЕВОЧКИ,
КОТОРАЯ МЕЧТАЛА ПОХУДЕТЬ



Р.С. Я СБРОСИЛА ЗАПРЕДЕЛЬНО МНОГО

ЭНДИ МИТЧЕЛЛ

Аппетит к жизни: честные истории о теле, еде и здоровье

Энди Митчелл

**Вкусный кусочек счастья.
Дневник толстой девочки,
которая мечтала похудеть**

«ЭКСМО»

2015

УДК 615.874
ББК 51.230

Митчелл Э.

Вкусный кусочек счастья. Дневник толстой девочки, которая мечтала похудеть / Э. Митчелл — «Эксмо», 2015 — (Аппетит к жизни: честные истории о теле, еде и здоровье)

ISBN 978-5-699-90645-1

У Энди Митчелл всегда были сложные отношения с едой. Но потом она увидела на весах 136 килограмм – и это заставило ее начать меняться. Это история обретения гармонии с собственным телом, достижения физического и психического комфорта. Энди вселила надежду в тысячи девушек по всему миру. Читайте книгу и вы получите ответ на вопрос, терзающий всех девушек планеты: как скинуть или набрать вес – стать счастливой и при этом не возненавидеть себя. Также вы узнаете: Как не срываться на тортики и джанк-фуд Научиться жить в новом теле Найти упражнения, которые приносят радость Встречаться с друзьями и не есть все подряд "Это замечательная, мотивирующая история взаимоотношения с едой, телом и самим собой. Это отказ воевать за удобу, сидеть в пищевой тюрьме диеты и возвращение способности наслаждаться жизнью, едой, любить и быть любимой". С. Бронникова "Интуитивное питание"

УДК 615.874

ББК 51.230

ISBN 978-5-699-90645-1

© Митчелл Э., 2015

© Эксмо, 2015

Содержание

Книги, которые вдохновляют	6
Введение	8
Глава 1	11
Глава 2	22
Глава 3	32
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Энди Митчелл

Вкусный кусочек счастья: Дневник толстой девочки, которая мечтала похудеть

Andie Mitchell

IT WAS ME ALL ALONG: A MEMOIR



Copyright © 2015 by Andie Mirchell

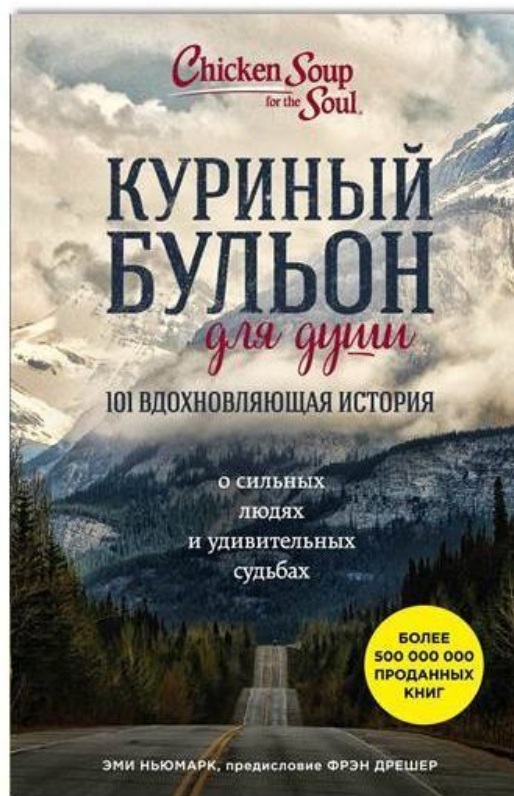
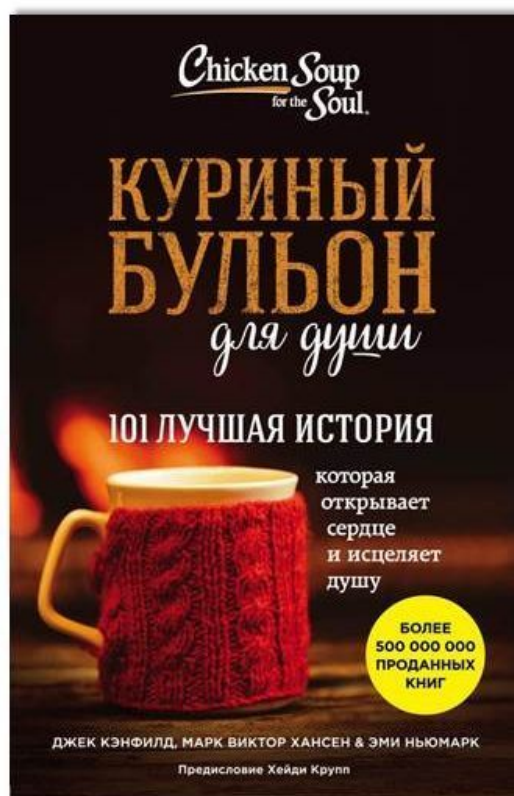
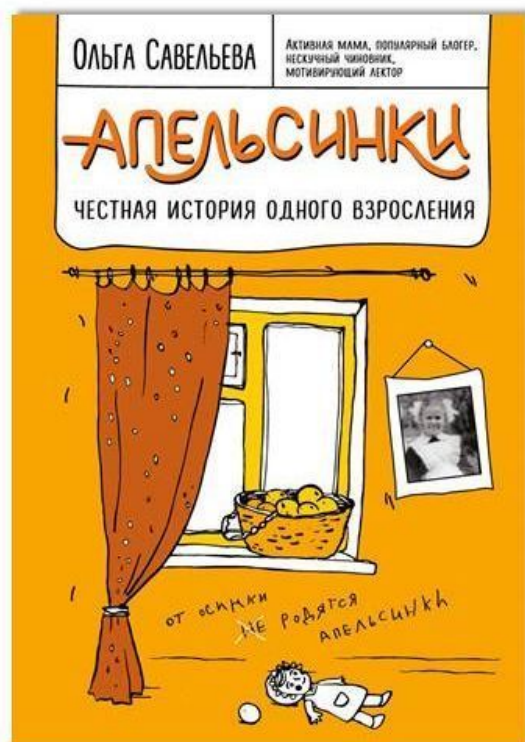
This translation published by arrangement with Clarkson Potter/Publishers, an imprint of the Crown Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC and with Synopsis Literary Agency.



© Andie Mirchell, 2015

© Захаров А.В., перевод на русский язык, 2016 © ООО «Издательство «Э», 2017

Книги, которые вдохновляют



Апельсинки. Честная история одного взросления

Популярный блогер Ольга Савельева представляет книгу маленьких историй о взаимоотношениях с родителями и о собственном опыте материнства. Каждая история: рассказ-признание, через которое героиня идет к глубинному прощению и предлагает присоединиться к ней в этом путешествии. Вы ощутите отголоски похожих чувств и научитесь прощать: ваших мам, себя и каждого человека в этом мире.

Куриный бульон для души. 101 лучшая история

Феномен в истории книгоиздания – более 500 000 000 проданных копий! Эта удивительная книга – мудрость и утешение в любом возрасте. Она наполнена идеями и открытиями – воспользоваться ими может каждый, стоит только захотеть улучшить свою жизнь. Маленькие истории исцеляют душевные раны и укрепят дух, дадут вашим мечтам новые крылья и откроют секрет самого большого счастья – счастья делиться и любить.

Куриный бульон для души. 101 история о любви

Как не отчаяться, когда все вокруг выходят замуж, а ты все ждешь? Чем заканчивается свидание, которое начинается с разбитой фары? Чем больше детей, тем меньше романтики – или наоборот? Эти волнующие истории о любви тронут ваше сердце, заставят смеяться, плакать и снова влюбиться в жизнь.

Куриный бульон для души. 101 вдохновляющая история о сильных людях и удивительных судьбах

Иногда плохие вещи случаются с хорошими людьми. Это сложно принять. Но мы гораздо сильнее, чем думаем, по крайней мере, становимся сильными, когда этого требует от нас жизнь. Вдохновляющие истории из этого сборника помогут преодолеть любые испытания.

Введение

Если вы не были на вечеринке в честь моего двадцатилетия, значит, вам не достался замечательный торт.

А если вы все-таки попали на вечеринку в честь моего двадцатилетия, значит, вам... тоже не достался замечательный торт.

На самом деле он не достался никому, кроме меня.

Помню, как я отрезала первый кусок, потом взяла вилку и начала есть. Я сразу почувствовала кайф от сахара и взбитых сливок. Я словно балансировала на краю крыши небоскреба – это одновременно возбуждало, будоражило и пугало. Достаточно доли секунды, чтобы оступить и погибнуть.

Вот чего я не помню, так это того, в какой момент решила съесть его весь.

Водя ложкой по стенкам миски, я заметила, что помадка и тесто очень гладкие, почти атласные. Я рисовала спирали и восьмерки своей лопаточкой. Перекладывая ложками шоколадный крем цвета эспresso в формы для тортов, я наслаждалась легкостью текстуры, воздушностью ингредиентов. Ложка на противень – ложка в рот. Потом я завороченно смотрела через дверцу духовки на то, как постепенно поднимается тесто, заполняя двадцатисантиметровые формы.

Через десять минут воздух в моей квартире оказался настолько пропитан ароматом шоколада, что я уже не могла думать ни о чем, кроме этого торта. Я уже пообедала и наелась теста, но во мне появился какой-то новый голод, неожиданный и назойливый – из тех, что заставляют бросить все, чтобы утолить его. Я не могла его игнорировать – он лишил меня всех сил, всего тайного волевого оружия и толкнул на кухню, где мне вечно не хватало молока и самоконтроля.

Когда торт остыл, пришло время готовить глазурь; я следовала точно такому же строгому протоколу проверки вкуса, как и с тестом. Когда миска оказалась полна матовых жестких холмиков, я покрыла глазурью оба слоя. Потом отрезала идеальный кусок, провела указательным пальцем по плоской стороне ножа, чтобы собрать налипшие крошки, и сунула его в рот, чтобы хорошенько облизать. Кусок торта я поела лихорадочно, словно за мной кто-то гнался. Я проглотила второй кусок, третий; за ним поспешно последовали еще три. Я отрезала еще кусочек, решив, что теперь-то уже хватит, но – о, посмотрите, какой кривой край остался, я совсем не умею пользоваться ножом. Надо отрезать еще, чтобы все исправить. Облизала глазурь и, наконец решив, что с меня хватит, отошла от торта и положила вилку и нож в раковину. Потом повернулась к столу – мне стало больно при виде того, что осталось от торта – один кусочек.

Чувство вины невозможно переварить. В его агрессивном распространении нет ничего естественного. Оно родилось внутри меня: увеличивается, разгибает пухлые ручки и ножки, брыкается и стонет на пути вниз по пищеводу, постоянно напоминает о себе, стыдит меня на каждом повороте. А когда наконец плюхается на дно моего желудка, то остается там еще на несколько дней – непрошенный гость, которого не выгонишь.

Когда чувство вины наконец-то начинает растворяться, вяло обозначая попытки меня покинуть, все равно остаются частички ненависти к себе. А ненависть, как кислота, разъедает все, что ее окружает.

Начинается все с ненависти к тарту – ко всем его многочисленным слоям ароматного искушения, – но быстро превращается в ненависть к себе и всем моим жировым клеткам. Я подвела себя. Я горю из-за отсутствия самоконтроля. Я нуждаюсь в комфорте и ободрении, но стыд заставляет меня наказывать себя – большего я не заслуживаю. Плач – это хороший

вариант, но слезы не приходят. Вместо этого я зависаю, накрепко запертая внутри собственной кожи, и ненависть, вина и стыд пожирают меня изнутри.

Сегодня, семь лет спустя, я снова стою у кухонного стола и делаю такой же торт с помадкой. Я осторожно опускаю верхний слой торта на подушечку для глазирования. Я готовила этот торт уже столько раз, что мне нет нужды заранее пробовать его, чтобы почувствовать бархатистую текстуру. Он всегда был декадентским, с таким же глубоким вкусом, как у плитки высококачественного темного шоколада. Поддев маленький кусочек вилкой, я понимаю, что если бы могла удержать горячую помадку в воздухе и откусить ее – насладиться еще до того, как она потечет по моему языку, – она была бы на вкус точно как этот торт.

А вот и глазурь: взбитый крем с текстурой, представляющей собой нечто среднее между воздушностью клубка сахарной ваты и мягкой зефирной начинкой в шоколадной конфете.

Я провожу пальцем по этой глазури и останавливаюсь. Я вспоминаю, как резко изменилось мое отношение к этому торту за последние семь лет. За это время я сбросила 62 килограмма. Вес покинул мое тело, а вместе с ним – ненависть, вина и стыд. Я иногда вспоминаю те дни, когда сам вид любой сладости вызывал во мне соблазнительные фантазии – как я буду тайком есть их одна. Может быть, как раз понимание того, что мне это легко сойдет с рук, признание, что могу это все съесть и никто не увидит – и останавливает меня сейчас.

В конце концов я всю жизнь ела тайком. После школы я приходила домой, когда еще никого не было, и мне отчаянно хотелось есть. Я не знала иного способа смягчить муки одиночества, кроме как поесть – заполнить пустоты, в которых должны были быть комфорт и безопасность. Еда просачивалась в миллионы трещин в фундаменте моей семьи, засыпала разломы и сужала пропасти. Но даже тогда я знала, что ем столько, что мне должно быть стыдно. Так что я научилась это хорошо скрывать. Съедала сразу по два швейцарских рулета и записывала их целлофановые обертки поглубже в мусорную корзину, где их было не найти, если специально не искать.

До двадцати лет я таскала на себе тяжелое бремя стыда за переедание. Я съедала сэндвич со стейком и сыром, потом приходила домой и обедала с семьей. Через два дня после начала очередной диеты я специально уезжала в соседний город, где меня точно не узнали бы, и заказывала что-нибудь в «Бургер Кинге». Каждое утро, когда мама уходила на работу, я жарила себе три стопки оладий, втыкала вилку в плотный центр каждой из них по очереди и обмакивала их в лужицы кленового сиропа и топленого масла.

Сегодня у меня уже нет ужасающего желания есть, когда никто не видит. Это уже не соблазняет меня столь же привлекательным образом. Более того, было время (уже после того, как я сбросила больше 50 килограммов), когда вид торта с помадкой вызывал не фантазии, а страх. Я провела несколько дней рождения, отчаянно пытаюсь найти хоть какой-нибудь повод не есть этот торт – я часы и даже дни тратила, чтобы придумать такой повод. Я думала: как бы так пожевать этот торт при всех, потом выйти в соседнюю комнату и его там выплюнуть. Три дня рождения я даже не облизывала измазанные в глазури пальцы.

Худоба, которой мне удалось добиться, тоже несла с собой унижения. Теперь меня преследовал страх набрать лишний новый килограмм, показать себе, что все было зря. Моя тень по-прежнему оставалась слишком полной и большой, и она загнала меня в темный переулочек расстройства пищеварения. Как и всегда, я загоняла свой стыд так далеко, что никто его не замечал, кроме меня. Впервые в жизни я стала выглядеть здоровой. Мне очень хотелось скрыть тот факт, что, несмотря на радикальное преображение, внутри я оставалась все такой же измученной.

Я врала, что только что поела, чтобы не есть за обеденным столом с семьей. Я ездила кругами по району, потому что не знала, как еще убить время на пустой желудок. Я покупала еду, когда шла в кинотеатр с друзьями, хотя не собиралась ее есть. Я складывала недоеденные

порции в ресторанах в пакет, а потом выбрасывала его, едва добравшись до дома. Даже после того, как я снова полюбила готовить, я ограничивала себя самыми маленькими порциями, а остальное отдавала.

Сейчас же, когда я готовлю этот торт несколько лет спустя, я понимаю, насколько черно-белыми были мои взгляды. Я вижу, как трагично жить по принципу «все или ничего», балансировать на вершине пресловутого небоскреба и выбирать только между вариантами «стоять, парализованной страхом» или «прыгнуть с крыши в экстазе». Я понимаю, как больно жить, нервничая по каждому поводу. Я понимаю, как хаотична жизнь, которой управляют приступы мании и депрессии. Альтернатива, компромисс – это умение держать равновесие. Не стремиться устоять или упасть – просто спокойно держаться на месте, понимая, где заканчивается крыша, и восхищаясь тем, что мы забрались так высоко.

Я очень изменилась. Если захочу, могу спокойно съесть кусок этого торта, радуясь каждому откушенному кусочку. Я смакую вкус какао, бархатистую текстуру, а когда этот кусок закончится, уже не потянусь за другим. Я делюсь тортом с другими. Я ем его в открытую и с гордостью. Я горжусь тем, что приготовила что-то настолько богатое по вкусу – настоящее, даже божественное. Я больше не ем до тех пор, пока не начинаю чувствовать, как растягивается мой желудок и растет чувство вины.

Каждый следующий год после того, как я сбросила вес, я готовлю этот сметанный торт с помадкой. Каждый год я по-разному к нему отношусь. Как этот невинный торт превратился из любовника-насильника в здорового компаньона, хотя я всегда готовлю его одинаково?

Что изменилось? Вкус? Или, может быть, я?



Глава 1

Глава 1

*Она всегда разрешала
мне облизать венчики
первой*

Я берусь за ручку венчика, тяжелого от желтоватого теста, и подношу его ко рту, как рожок с мороженым. Я слизываю тесто; уголки губ растягиваются в улыбке, а язык скользит по серебристым проволочкам.

Растворяющийся коричневый сахар-песок; бархатистая, легкая, как перышко, мука, которую смешивают с растопленным маслом – из всех вкусов, что запали мне в память, дольше всех, должно быть, продержался именно вкус маминых шоколадных печенек. Как и она сама, этот вкус настойчив, и его ни с чем не спутаешь. Такой же заметный, как ее бостонский акцент.

Я продолжаю слизывать тесто, мои глаза цвета глазированного пекана наблюдают за тем, как она кладет шоколадные чипсы сразу по два – это ее фирменный стиль. Мама опускает взгляд и проводит пальцами – жесткими, как наждачка, из-за многих лет уборки чужих домов – по моим беспорядочным черным кудрям. Ее прикосновение беспокоит меня – в основном из-за того, что заставляет отвлекаться от блаженного облизывания. Я смотрю на нее – на случай, если она собирается забрать драгоценный венчик из моей пухленькой правой ручки, и я вижу ее мокрые волосы, такие же черные, как мои, пробивающиеся из-под полотенца. Именно такой – с только что помытыми и завернутыми в полотенце волосами – я вижу ее даже сейчас, закрывая глаза. Едва выбравшись из горячего, почти обжигающего душа, она всегда пытается сделать сразу четыре дела.

Когда мой взгляд встретился с ее, она наклонилась и поцеловала меня. А выпрямившись, напомнила мне:

– Френси, я люблю тебя всю-всю, даже под грязной, гадкой водой.

Я так и не узнала, что именно значит эта фраза. Ни имя, которым она меня называла, ни тем более все остальное. Но я понимала, что таким образом она говорит мне и брату, что мы – ее жизнь. Это была ее уникальная формулировка фразы «Я люблю тебя больше, чем что-либо в мире».

Я улыбнулась и снова сосредоточилась на венчике с тестом.

– Что нам еще нужно для вечеринки? – серьезно спросила она.

Даже в пять лет я была ее лучшей подругой, консультантом, «резонатором» для проверки идей и дегустатором.

Она развернулась, рассматривая блюда, тарелки и подносы, покрывавшие каждый сантиметр выложенной плиткой тумбочки. Стол, на который не помещались ни салфетки, ни столовые приборы, потому что он весь был занят едой. Стопки тарелок, полотенца, свернутые и перевязанные золотыми нитками, мини-холодильники с кубиками льда, где стояли банки с газировкой и пивом.

– Только торт! – ответила я и запищала от восторга.

Мама всегда устраивала грандиозные дни рождения – с воздушными шарами и большими яркими украшениями. Ни один день рождения не обходился без 45-сантиметрового трехслойного торта из «Пекарни Дэниэла», тогда – нашей любимой кондитерской, находившейся в часе езды, в Бостоне. В этом году вечеринка тоже ничем не отличалась от предыдущих, о чем тут же напомнила мама.

– Конечно, у нас есть торт, милая.

Сама мысль о новых сладостях уже радовала. Все еще слизывая смешанный с маслом сахар, не попавший в печенье, я посмотрела на стол, который она подготовила с небольшой моей помощью. Блюда с нарезкой стояли рядом с пушистым хлебом, тефтели, сваренные в соусе маринара, цепочки острых колбасок, которые выпучивались, как колготки на толстом бедре, тарелки с лазаньей, настолько горячей, что сыр пузырился, а соус выплескивался из тарелок. Свеже-выпеченный хлеб и семь постепенно размягчавшихся брусочков масла. Тарелки с кучками тертого сыра пармезан и столовые ложки для посыпания. Главные блюда – домашние крекеры, разрезанные на точные квадраты, куриный паштет, соус для крекеров –

стояли в продуваемом коридоре. Ну и, конечно же, десерт. Не меньше трех фруктовых пирогов – темно-синих, лиловых или красных на масляном тесте; две дюжины брауни, плотных, как помадка; мини-эклеры с заварным кремом из пекарни в Бруклайне¹; замечательные шоколадные печенья; и, конечно же, особый многослойный торт.

Такое меню казалось вполне оправданным для обслуживания тридцати членов семьи.

Мама обожала устраивать вечеринки и придерживалась трех моделей кухонного обслуживания: массивного, еще массивнее и самого массивного.

Но мы – семья едоков, а едоки любят хорошо поесть. Нам нравится иметь несколько вариантов. Мы всегда знаем, что можно побаловать себя яблочным пирогом, прежде чем приступить к тарту. Мы рассматриваем вечеринки в первую очередь с точки зрения меню, а во вторую – с точки зрения десертов. Мне кажется, наша одержимость изобилием идет от моей бабушки по материнской линии – она была коллекционером. Она хранила использованную оберточную бумагу так же тщательно, как обиды.

Она откладывала на черный день еду, вещи, деньги. Холодильник и морозильник всегда были заполнены до отказа, как в войну – даже через много лет после того, как все ее девять детей покинули дом; судя по всему, эти гены запасливости передались ей от вечно голодной ирландской семьи. А мама, вторая из этих девяти детей, всегда боялась нехватки еды. Она всеми фибрами своей теплой, мягкой и шерстяной души стремится накормить всех, кому это нужно.

Мама и по сей день готовит еду точно так же, как на мое пятилетие: кучами, небрежными кусками, чтобы из тарелок все вываливалось. Она не обращает внимания на количество и частоту подачи порций, не думает, нельзя ли оставить немного себе – она просто дает. Она не терпит оговорок, работает яростно и всегда с избытком. Она обнимает очень крепко, поцелуи ее похожи на мощные прикосновения ярко-красного штампа; она покупает еду коробками, говорит и двигается, словно выступает на Бродвее, щедро намазывает хлеб маслом, а если у нее попросить что-нибудь – что угодно – она обязательно сделает.

Этот день рождения – классический пример того, как она стремилась порадовать всех. Она приготовила все блюда, о существовании которых знала я – та еще фанатка еды в свои пять лет. Одних тарелок на столе было столько, что не в каждом ресторане увидишь. Все, что я могла в принципе назвать, она уже приготовила.

Тем не менее, она стояла, закусив губу, в неуверенности.

– Думаешь, этого достаточно?

Она подбоченилась и еще раз придирчиво осмотрела стол.

– Ага, – ответила я.

– Съешь капкейк, пока ждешь.

Не колеблясь, я шагнула к столу, от которого меня отделяло три шумных вдоха. Поднявшись на цыпочки, чтобы заглянуть за край стола, я с любовью посмотрела на блюдо, которое она тщательно составляла утром. Бледно-розовые пергаментные чашечки в лавандовый горошек, в которых стояли изящные кокосовые пирожные. Я внимательно изучила всю дюжину пирожных в поисках того, где больше всего глазури.

Я знала, какого стандарта нужно придерживаться для выпечки: глазурь на капкейках должна быть толщиной не менее чем в два пальца; верхний слой печенек должен быть, конечно же, уголок с кремовой розочкой. Я была сладкоежкой из сладкоежек.

В том возрасте я была милым колобком ростом три с половиной фута и весом шестьдесят фунтов. Помню, как я обожала платье гранатового цвета, в которое меня одели в тот январский день. Накрахмаленный бархатный воротник, имперская талия и пышная юбка. Каждые несколько минут я кружилась и делала вежливый книксен, показывая, какой величественной,

¹ Пригород Бостона.

какой счастливой и расфуфыренной я тогда себя чувствовала. Я скакала у зеркала в коридоре и увидела в отражении брата, уходившего в свою комнату.

Энтони было одиннадцать лет, и он постоянно бегал. С рассвета до заката он пропадал на улице, играя с друзьями, а я оставалась дома, в основном в сидячем положении; часто меня даже оставляли одну. Ему говорили, что он похож на маму: «Такой высокий и худой!». А потом люди смотрели на меня, большую и круглую, и отмечали мое сходство с отцом.

Я взяла кокосовый капкейк – тот, на котором было больше всего прекрасного масляного крема, – и ушла в соседнюю комнату. Там на голубом диване, украшенном цветочным узором, сидел папа – все еще в пижаме и до конца не проснувшийся. Я осторожно взглянула на него, зная, какое дурное настроение у него бывает по утрам.

– Привет, малышка, – сказал он, знаком показывая мне сесть рядом. Я даже удивилась, что он в это время уже такой веселый. «Должно быть, он хочет, чтобы сегодняшний день вышел особенным – сегодня же мой день рождения», – подумала я, садясь на диван.

– С днем рождения. – Он наклонился ко мне и чмокнул в лоб, потом схватил в свои медвежьи объятия, и я улыбнулась закрытым ртом, прижавшись к нему. Я сорвала с капкейка промасленную бумагу и начала его смаковать.

Папа только что проснулся – за полчаса до того, как должны были прийти гости. Он довольно часто просыпался в 12:30 дня. Вечера он проводил, выпивая банку пива за банкой пива, за банкой пива, за банкой, банкой, банкой... В общем, это явно не помогало вставать рано. Я не знала, что далеко не все папы покупали по две упаковки красно-белых банок в винном магазине, потом приходили домой и курили под пиво сигарету за сигаретой, смотря до утра сериал «Госпиталь Мэш». Для нас это было нормально. Впрочем, я все-таки не совсем понимала, почему ему постоянно хочется пить. Может быть, это пиво просто настолько вкусное, что он не может остановиться? Однажды, когда он вышел из комнаты и оставил недопитую банку с пивом, я подбежала к ней и сделала глоточек – вдруг это так же вкусно, как «Несквик»? Оказалось, что нет.

За несколько недель до дня рождения мама сказала мне, что папу уволили с работы. Папа, что естественно, был очень подавлен. Он слонялся по дому, не зная, чем себя занять. Много лет у него была хорошая, высокооплачиваемая работа технического иллюстратора в Wang Laboratories, компьютерной компании с тремя миллиардами долларов ежегодного дохода, базировавшейся в Лоуэлле, штат Массачусетс. Он был отличным художником, с творческим и драматичным подходом. Помню, до того как меня отдали в школу, я ходила с ним на работу и сидела у него на столе, раскрашивая черно-белые изображения многочисленных деталей компьютера. Даже сейчас, читая инструкции пользователя для только что купленного фотоаппарата, компьютера или телефона и рассматривая очень четкие и точные изображения мелких внутренних запчастей, я вспоминаю радость, с которой сидела в его кабинете с коробкой восковых мелков, работая над, как могло бы показаться, скучнейшей книжкой-раскраской в мире.

– Скоро уже вечеринка, – напомнил папа.

– Ага, – пробормотала я с набитым ртом, уронив несколько крошек на колени.

Он затыкнул сигаретой и отвернулся.

Доедая пирожное, я вспомнила о большом торте в столовой. К счастью, он был в целости и сохранности. Полгода назад папа, выпив, съел торт Энтони вечером перед его днем рождения – прямо голыми руками. Я подумала, что если бы с моим тортом такое произошло, я бы очень огорчилась.

Из кухни донесся крик мамы:

– Роб, пора одеваться, дорогой. Гости должны прийти с минуты на минуту.

Папа выдохнул облачко дыма, потом потушил сигарету и бросил ее в одну из четырех больших бутылочно-зеленых пепельниц, стоявших у нас дома. Он покачнулся назад, затем

вперед и рывком поднял с дивана свои 160 килограммов. Единственным, что он приобрел, потеряв работу, оказался вес.

– Ух! – весело воскликнул он. – Давай готовиться, малышка.

Он улыбнулся мне.

Я запихнула в рот последний кусок капкейка и так же энергично поднялась. Я смотрела, как папа широко зевает, вытянувшись во весь свой рост в пять футов десять дюймов. В нем было на что посмотреть. Шелковистые, черные, как смоль, волосы, золотистая кожа и карие глаза, широко раскрывавшиеся при улыбке. Верхняя губа у него была совсем тонкой, так что нижняя казалась вечно выпяченной. Ярко выраженная структура лица – высокие скулы, глубоко посаженные глаза – была настолько привлекательной, что однажды увидев это лицо, его уже невозможно забыть.

Он наклонился и еще раз крепко поцеловал меня в лоб. Я последовала за ним на кухню.

Подойдя к маме со спины, он крепко схватил ее за талию и прижался лицом к волосам, вдыхая запах. Она расслабилась, прижавшись к его груди. Потом она вытянула шею и повернула голову, чтобы с улыбкой заглянуть ему в глаза. Он опустил взгляд, оценивающе взглянул на губы, потом поцеловал ее.

Они любили друг друга – вот в этом я уверена. Как мне рассказывали, они познакомились, когда учились в старших классах школы – в тот день она подвозила его и еще нескольких друзей на машине. Она рассматривала его в зеркало заднего вида, не зная, что и думать. Он сразу обращал на себя внимание, его огромное самолюбие, казалось, заполняло собой машину. Он, не смолкая, отпускал шутку за шуткой в адрес их общих знакомых на заднем сидении. Мама оглядывалась, не слишком довольная происходящим. К концу поездки она уже считала его той еще сволочью, как она мне недавно рассказала, и полностью списала его со счетов. Через несколько недель они снова встретились на танцах в ее школе – оба пришли со своими партнерами. Единственное, что мешало ей совершенно его невзлюбить, – она все-таки считала его красивым. Под конец вечера мама увидела, что ее одноклассница стоит в левой части танцпола совершенно одна. Ей явно было неловко: она казалась скорее даже не «стенным выюнком»², а сорняком в оливково-зеленом тафтовом платье. Когда мама увидела, что бедная девушка целый вечер пританцовывала одна, безуспешно ища взглядом хоть кого-нибудь, кто пригласит ее, у нее стало тяжело на сердце. Она хотела было даже пригласить ее на танец сама и, даже особенно не задумываясь, взялась за подол платья и пошла к ней. Но тут мимо, тоже в направлении той девушки, прошел папа. Мама остановилась и наблюдала. Он что-то шепнул ей на ухо, и она засмеялась, уже не так сильно нервничая. Мама улыбнулась, поняв, что папа только что пригласил ее на танец. Она не могла отвести глаз, когда они заскользили по танцполу под музыку Марвина Гэя.

– Ты подумала, что он милый, – предположила я, когда мама рассказала мне историю с танцем. Она задумчиво огляделась, словно ответ прятался у нее за плечом.

– Нет, дело не в этом. Нет, ну, он на самом деле милый – просто посмотри на него! Но в тот вечер это было просто... Я еще ни разу не видела на лице той девушки такой улыбки.

После того вечера она решила дать ему шанс. И в конце концов влюбилась. Она нашла нежные грани его характера и чувствовала себя особенной, считая, что только ей он показывает самые интимные свои черты – одаренный художник, проникательный, с потрясающей интуицией, очень чувствительный.

Когда я выросла достаточно, чтобы спросить уже папу о том, как они познакомились и полюбили друг друга, он сразу же ответил, что все понял, едва сев в машину. Он объяснил мне, что такое родственные души, и сказал, что они с мамой – как раз такая пара. Ее честность и искренность обезоруживали его. «Ну, просто она так со всеми говорила», – начал он список,

² Wallflower – человек, который на танцах стоит у стены, потому что ему не нашлось пары.

который включал в себя в том числе следующие пункты: она всегда предлагала друзьям услуги «трезвого водителя»; она звала всех в автомобильный кинотеатр и привозила домашние сэндвичи, чипсы, шоколадное печенье и кока-колу; она работала на двух работах – в госпитале Св. Елизаветы и в ресторане Friendly's; она однажды положила в карман брюк своего отца, заснувшего в кресле после пяти ночных смен подряд, двадцать долларов; она никогда не напивалась после того, как впервые попробовала джин, пришла домой совершенно пьяная, и отец сказал ей, что очень разочарован; она, ко всему прочему, несомненно, легко отдала бы кому бы то ни было последнюю рубашку.

Увидев это все, папа не мог не влюбиться в нее. Он никогда не встречал никого похожего на маму. Через пять месяцев после того, как они начали встречаться, он бритвой и чернилами вытатуировал ее инициалы, *MEC*, себе на предплечье. Он был полностью уверен в своих чувствах к ней.

И я постепенно начала замечать искры, которые пробегали между ними. Иногда они были дикими и необузданными, но чувства всегда оставались безоговорочными. Никто больше не мог заставить ее так громко смеяться. Ни на кого папа не смотрел так нежно, как на маму.

– Я уже одет, – сказал он ей.

Она засмеялась.

– Что? – с серьезным лицом спросил он, потом отошел чуть назад, чтобы она рассмотрела его всего, только в нижнем белье, в полный рост, и повернулся, показывая себя полностью.

Мы обе расхохотались.

Он шлепнул ее по попе, еще раз поцеловал и ушел в спальню.

Я посмотрела на маму. Она все еще подергивалась от смеха, качая головой. Потом она ушла в ванную. Вскоре я услышала шум фена. Через несколько мгновений она стала насвистывать любимую мелодию – они с папой оба ее очень любили. Мое же внимание снова привлекли пирожные, стоявшие на белой фарфоровой тарелке. Я улыбнулась, понимая, что никто мне не помешает взять еще одно. Я снова рассмотрела их все в поисках самого большого слоя глазури. Мой рот наполнился сладостным ожиданием, когда я осторожно вытащила из середины победителя «конкурса глазированности» и осторожно разорвала пергаментную чашечку. От первого же кусочка я испытала блаженство. Мама знала толк в пирожных. Каждая крошка была связана с другой; мягкая, шелковистая паутинка обволакивала все откусенные кусочки. Я открыла рот пошире, чтобы в него вместились больше глазури и пирожного. Это сочетание – ароматное пирожное, которое превращается в мягкую пасту, соединяясь с мягчайшим ванильным масляным кремом, – я просто обожала, меня непреодолимо влекло к нему.

Я быстро прикончила второе пирожное и тщательно облизнулась, чтобы растворить все напоминания о богатом вкусе. Я ощутила волну удовольствия и облегчения. Два капкейка исчезли. Съедены.

Но количество еды, которое я поела, для меня особенно ничего не значило. Какая разница – одно пирожное или два? Калории, умеренность, здоровье – об этом в таком возрасте я даже и думать не могла. Я не останавливалась, чтобы проверить, голодна я или уже сыта – просто ела.

В идеальном мире ребенок учится есть интуитивно. Он находит и смакует то, что ему хочется, когда он голоден. А потом перестает есть, когда желудок отправляет сигнал мозгу: «Эй, привет, с меня хватит. Спасибо большое». Ребенку вполне достаточно мягких телесных ощущений.

Я же, напротив, ничему такому не училась. Еда никогда не была для меня просто источником энергии. Я не просто утоляла ей голод и уж точно не переставала есть, когда была сытой.

Моим первым учителем стал папа – он беспрестанно ел всю ночь. Больше того, он вообще ел только по ночам. После того, как выпьет. Лежа на диване перед телевизором, где был вклю-

чен Nick at Nite³, и прихлебывая пиво, он с довольным мычанием расправлялся с большим сэндвичем с говядиной и сыром и целым пакетом наших любимых картофельных чипсов. После этого он возвращался на кухню, чтобы достать из морозилки свое любимое лакомство: полу-галлонную ванночку ванильного мороженого с шоколадной крошкой – по крайней мере, так это называлось в магазине.

По ночам он был намного счастливее. Веселый, не беспокоился ни о чем. Я научилась считать красно-белые банки, которые он давил своими ручищами. Я знала, что когда в мусорном ведре три банки, папа скоро развеселится. А после четырех – проголодается. Я хотела быть с ним, когда он ест, так что тоже чувствовала голод. Еда – это было нечто особенное. Я лежала рядом с ним в кровати и жевала, засиживаясь далеко после полуночи, наслаждаясь вкусом и чувствуя себя виноватой, что занимаю мамину сторону кровати – пустую, потому что мама работала. Мы смотрели вечерние сериалы: «Шоу Энди Гриффита», «Моя жена меня приворожила», «Шоу Дика Ван Дайка». К половине второго ночи он выкуривал целую пачку сигарет, а потом проваливался в сон. Я в полудреме видела, как к кровати подходит Энтони, аккуратно забирает зажженную сигарету из папиной руки и тушит ее в пепельнице. Потом он целовал меня в щеку и выключал телевизор.

По выходным я вставала рано, зная, что папа будет спать еще несколько часов. Энтони, как обычно, уходил играть в бейсбол. Если не в бейсбол, то в футбол. Если не в футбол, то в баскетбол или уличный хоккей. В общем, всегда во что-то где-то играл до темноты. Как и мама, он вставал по будильнику, и у него были свои ключи от входной двери. Я шла на кухню, уже вполне самостоятельная и независимая в своих действиях, и залезла на тумбочку, чтобы добраться до шкафчика с крупами. Выбрав одну из коробок с вкусными хлопьями для завтрака – Lucky Charms, Corn Pops, Cap'n Crunch или Frosted Flakes, – я ставила ее на стол и доставала тарелку, столовую ложку и молоко из холодильника, наполняла тарелку до краев и шла с ней в гостиную. Там я включала телевизор и часами смотрела любимые мультфильмы. Сама того не замечая, я съедала всю тарелку хлопьев, после чего наполняла ее заново. Тарелка за тарелкой – вот так я и ела, сидя за кофейным столиком, отодвинутым на безопасные двенадцать дюймов от телевизора. Есть, не сводя глаз с телевизора, было моим хобби – оно скрашивало мое одиночество. Я успевала съесть три тарелки хлопьев, допивая густое, сахаристое молоко до последней капли, прежде чем просыпался папа. После этого ему требовалось еще часа два, чтобы подготовиться к началу дня. Все утро и большую часть дня я играла одна – в школу или в домик. Я одевала и переодевала своих Барби. Мыла голову своим «Малышам с капустной грядки» и делала им прически – это в конце концов привело к их преждевременному облысению.

Легкость и шаловливость, свойственные папе по ночам, куда-то исчезали утром и днем. Просыпаясь, он был заметно холоднее и серьезнее. Он улыбался так, словно эти улыбки лишали его чего-то важного.

Он меньше шутил. Я знала, что он только что проснулся, но выглядел он так, словно пришел с ночной смены. Еще я знала, что до полудня с ним разговаривать бессмысленно. Об этом я узнала в прошлое Рождество, когда он внимательно на меня посмотрел и сказал:

– Мне нужно попить кофе, прежде чем начнем открывать подарки.

Мама пыталась дразнить его, заставить отказаться от трех чашек черного кофе с сахаром – а то, может, нам уже ничего и делать не захочется, когда он их выпьет. В конце концов, сегодня же Рождество. Он сурово посмотрел на нее. *Не испытывай мое терпение, Мири.* Я понимала, как к нему обращаться, по наклону плеч и по тому, как он медленно и методично курил в гостиной. Время и настроение всегда задавал папа. Вся наша семья подчинялась термостату (кипящему или замерзающему), установленному внутри него.

³ Телевизионный программный блок Nickelodeon.

После того как ему все-таки удавалось подготовиться – обычно около четырех часов, – он часами мог рисовать какой-нибудь очередной странный рисунок, идею которого придумывала я. В основном мы рисовали подводный мир. Вода казалась мне интересной – в том числе потому, что я не умела плавать. Я боялась плавать после того, как чуть не утонула в отпуске в Южной Каролине. Папа достал меня со дна океана; соленая вода хлестала из моего рта, как из шланга.

Когда мы заканчивали рисовать, я обычно выбрасывала свой рисунок, потому что он никогда не получался таким же хорошим, как у папы. Даже близко. Я не могла видеть свои иллюстрации рядом с его – они выходили такими идеальными. Позже, когда я опять оставалась одна, ставила его рисунок на стол рядом с собой и пыталась срисовать его на миллиметровую бумагу. Я хотела рисовать так же хорошо. Хотела, чтобы рисунок понравился даже папе-художнику. Мне казалось, что он любит все, что мы делаем вместе, так же сильно, как и я. Мы были увлечены, полностью поглощены работой – рисовали, что-то делали своими руками; мы были просто дикими. Мы даже однажды били на кухне яйца после того, как я сказала ему, что злюсь. Потом, через несколько часов, мама убрала остатки нашего побоища.

В общем-то, все эти бесконечные вечера и ночи с папой мне достались благодаря тому, что его уволили с любимой работы. Я понимала, что это плохо, слушая, как он шепчется об этом с мамой. Я не понимала этого – примерно так же, как не понимала, почему крупнее всех друзей. Или почему бейсбольные мячи прилетали Энтони прямо в перчатку, а мне – только прямо в лицо. Просто так уж получается.

Когда начались занятия в школе, я всегда опаздывала. Папа либо не мог встать утром, либо мы долго решали, зеленые или фиолетовые легинсы надеть с неоново-оранжевой блузкой на размер меньше, которую он мне купил, когда мама попросила его сходить со мной в магазин и купить одежду для школы. Когда она позже решила посмотреть на мои обновки, я с улыбкой показала ей стопку тетрадок с узорами, оранжевую блузку, две пары пластмассовых сережек и набор накладных ногтей из CVS.

Еще, помню, мы ездили вдвоем в нашей двухдверной «Тойоте-Терсел», чтобы забрать его пособие по безработице перед школой. О, я очень хорошо помню эти поездки. Я даже сейчас могу представить себя на пассажирском сидении; папа подъезжает близко к припаркованной справа машине и спокойно бросает красно-белую банку пива на заднее сидение. Я выглядываю в окно, папа в этот момент резко поворачивает, чтобы объехать ту припаркованную машину, и где-то рядом блестит серебристая застежка ремня безопасности. Сам ремень, которым я даже не пристегнулась, висел на двери. Потом я занялась пакетом в руках – там были свежие, только что обжаренные пончики. Я достала один пончик и вгрызлась в него, добравшись через внешний слой глазури до сдобного центра; глотала я, почти не жуя.

Пока папа сидел дома, совершая экспедиции к холодильнику, где всегда находилось что-нибудь алкогольное, мама работала с утра до вечера – даже по выходным. Сейчас я понимаю, что лишь в 48 лет она отказалась от третьей работы и стала работать всего на двух. Я ненавидела ее за то, что ее постоянно нет. Презирала каждый час, каждое задание, которое она выполняла, чтобы держать нас на плаву. Я знала, что она и сама не хочет уходить чуть ли не вдвое сильнее, чем я хочу, чтобы она осталась. По ночам она работала, а я лежала в кровати с папой. Я прижималась к ее подушке, утыкаясь лицом в плюшевый центр, и засыпала. Подушка пахла не духами и не шампунем; я чувствовала теплый, молочный запах ее кожи в том месте, где шея встречается с ухом.

Иногда у нее не было дневной смены сразу после ночной, так что она три-четыре часа дремала. Спала она настолько мало, насколько позволяло тело. Она знала о моем типичномутре в гостиной: «Заботливые мишки», «Пи-ви Герман», хлопья. Должно быть, именно ее типично ирландское чувство материнской вины и щедрая душа заставляли ее просыпаться, как бы долго она ни спала, и смотреть телевизор со мной.

Она улыбалась и целовала меня в лоб, прижимаясь и дыша мне в кудряшки; она сияла, видя свою малышку, хотя ее глаза были измученными и мутными. Она напоминала мне, что кофейный столик – это не стул, и что нужно отсесть подальше от телевизора, чтобы не испортить глаза.

Когда она оставалась дома днем, это значило, что ей предстоит ехать куда-нибудь на уборку. В течение многих лет у нее был стабильный, пусть и небольшой доход: она оттирала до блеска величественные дома в богатых районах неподалеку от нашего дома в Метуэне, штат Массачусетс. Когда я была маленькой, почти всегда ездила в эти двух-трехчасовые поездки вместе с ней. Я, конечно, могла остаться и дома со своими игрушками, но отнюдь не возражала против возможности посмотреть любимые сериалы в каком-нибудь доме, нуждавшемся в уборке. А мама... Ну, ей достаточно было представить, как я целый день сижу в пижаме на кофейном столике, не отрываясь от телевизора, чтобы решить, что уж лучше будет взять меня с собой.

Я познакомилась со многими семьями – владельцами этих домов. Я сидела и смотрела «Панки Брюстера» на домашних кинотеатрах с объемным звуком. Мама время от времени заходила в комнату, чтобы опять напомнить, что кофейный столик – это не стул, а я делала телевизор погромче, чтобы не прослушать ни слова из мультфильма. Когда она уходила, качая головой, в комнате оставался запах хлорки и аммиака. Из-за этих химикатов и постоянной уборки кожа на маминых руках так высохла, что даже стала трескаться.

После уборки я знала, что теперь нас ждет визит в «Макдональдс». Мама всегда держала слово, так что я получала награду за то, что была «такой хорошей маленькой женщиной». Именно так она вознаграждала мое терпение – вкуснейшими чизбургерами с пересоленной картошкой фри, обмакнутой в сладкий кетчуп. Этот обед был не просто приемом пищи. Мама не работала, не убиралась в нашем или чужом доме – она просто была со мной, и мы ели в машине.

Пока мы стояли в очереди в «МакАвто», в открытое окно влетали чудесные запахи. Сидения нашей машины пропахли жиром, солью и говядиной. Все это витало в воздухе, словно у нас висел ароматизатор с запахом фритюрницы. Мама улыбалась, поворачиваясь, чтобы передать мне мой Хэппи Мил в картонной коробке в форме домика.

Я улыбалась в предвкушении. Потом хватала ванильный коктейль, который упростила маму заказать, хотя мы обе знали, что ее кока-колу тоже выпью я. Когда я открывала коробку, из нее вырывались клубы пара. Правой рукой я тянулась в глубину коробки, чтобы найти самое главное – чизбургер. Я бросала игрушку на пол, раздраженная тем, что она смяла булочку.

На одной из моих любимых фотографий изображена ужасно капризная трехлетняя я, сидящая у мамы на коленях. Рот у меня вымазан чем-то темно-коричневым, а по глазам видно, что я недавно ревела. Мама улыбается, протягивая мне эскимо, и я тут же замолкаю. Сейчас я понимаю, что мамино отношение к детям было своеобразным коктейлем из любви и чувства вины. Наполовину – сладкая, почти приторная любовь, наполовину – горькая вина за то, что двое детей живут с отцом-алкоголиком и матерью, которой постоянно нет дома. Меня она успокаивала, одновременно прогоняя собственное чувство вины, с помощью еды. Маленькая девочка, которой тогда была я, поняла, что дискомфорт – это плохо, и что стоит мне хоть чуть-чуть ощутить скуку, сомнения, тревогу или гнев, меня тут же успокоит еда. По крайней мере, на время. Если я расстраивалась, то мама отвлекала меня, просто обещая чем-нибудь угостить. Ради капкейков я была готова забыть о любом мини-теракте, который в тот момент замышляла. Она доверяла еде, которая присматривала за мной, пока ее не было дома. Она знала, что пока папа спит, со мной сидит мой готовый завтрак, что «Макдональдс» скрасит долгий и скучный день уборки, что не может отказать мне ни в какой просьбе, связанной с едой, хотя отлично понимала, как тяжело мне придется, когда я подрасту. Еда была осязаемой вещью, которую она давала мне взамен проведенного со мной времени.

Достаточно было просто посмотреть на всю еду, приготовленную на мой день рождения, – все эти тарелки, которые, наверное, могли бы заполнить всю большую полку в супермаркете, – и всем становилось ясно, что мама выражала свою любовь через еду. «Ты просто превзошла себя, Мариэлла», – говорили гости, уходя поздно вечером с вечеринки. Мне не нравилось, когда они уходили. Родственники, друзья, да кто угодно – я не хотела, чтобы они оставляли нас одних. Папу гости особенно раздражали. На многих вечеринках, устраиваемых мамой, он присутствовал от силы час, после чего уходил в спальню с очередной упаковкой пива. Этот вечер не стал исключением. Когда все разошлись, он пришел на кухню. Глаза его были открыты где-то на три четверти.

Моргал он долго и с трудом. Дыхание пахло чем-то кислым. Он шел по комнатам целенаправленно, но неуклюже, словно очень хотел куда-то попасть, и с удовольствием бы двигался быстрее, только вот ноги не слушаются.

Мама повернулась и посмотрела на него. Ее взгляд был совсем не таким, как перед вечеринкой, когда он пришел на кухню в нижнем белье. Когда она поняла, что я смотрю на нее, она улыбнулась мне. Примерно так же она мне улыбалась, когда объясняла, что папу уволили с работы, и теперь он сможет больше времени проводить со мной. На такую улыбку я не отвечала. Если улыбки можно сравнить со вкусом пирожных, то это «пирожное» мне совсем не нравилось.

Увидев, что кухня заставлена сковородками, кастрюлями и тарелками, папа вызвался помочь.

Она отобрала у него фарфоровую соусницу.

– Я сама справлюсь, Роб.

Пока что она говорила вежливо. Игнорируя ее просьбы пойти спать и уверения, что она справится сама, папа пошел по кухне, собирая тарелки. Он переставлял их с одной тумбочки на другую, со стола на стул, из раковины на плиту. Я озадаченно смотрела, как он беспорядочно переставляет тарелки то ближе, то дальше от раковины. Несколько минут мама просто стояла, сжав губы, чтобы не сказать чего-нибудь лишнего. Мне даже было интересно, накричит ли мама на папу, как накричала на меня, когда я, играя в пекарню, насыпала на прикроватный столик муки и залила ее клеем ПВА.

– Роб, ну пожалуйста.

Она потянулась к стопке фарфоровых тарелок, которые он удерживал на предплечьях и явно собирался унести в гостиную.

– Я разберусь, – сказал он и попытался шагнуть назад, разозлившись на ее вмешательство.

Прежде чем она успела подхватить тарелки, он убрал из-под них руки, и вся стопка рухнула на кафельный пол. Мне показалось, что грохот и лязг стихли только через несколько минут.

– Видишь, что ты натворила, Мири? – закричал папа. Мама стала кричать в ответ; увидев, что у нее в глазах стоят слезы, я тоже заплакала. Это были ее любимые тарелки.

Папины крики звучали похоже на рокот – как землетрясение, от которого раскололась земля, когда погибла мать Литтлфута⁴. Его лицо раздулось и покраснело. Вскоре оно оказалось так близко к маминому, что я даже подумала, что сейчас крики перерастут в поцелуй, но она оттолкнула его, и он отшатнулся к плите.

– Что за ерунда?! – закричал он. Наклонившись в сторону, он схватил с кухонного стола зеленую стеклянную пепельницу; прежде чем я успела понять, для чего она ему понадобилась, он размахнулся и со всей силы швырнул ее в стену чуть левее того места, где стояла мама. Мама завизжала; услышав пронзительный звук, оттененный звоном бьющегося стекла, я пере-

⁴ Из мультлика «Земля до начала времен».

пугалась. Посмотрев на пол, я увидела прозрачные осколки зеленого стекла у маминых ног. Я заметила, как похожи они на зеленую яблочную карамельку на палочке, которую я на прошлых выходных уронила на тротуар.

– Боже мой, Роб! – вскрикнула мама, схватила меня и прижала головой к своей груди. Она держала меня так же крепко, как Энтони, когда мы боролись.

Я почувствовала, как ее слезы каплют мне на лоб и кончики ушей. Вскоре слезы потекли так быстро, что с ее подбородка сразу попадали мне на ресницы и щеки, словно это плакала я, а не она.

Я уставилась на папу, который рухнул на стул, стоявший у кухонного стола. Что-то в нем изменилось. В глазах появились маленькие красные ниточки, на висках – капельки пота, и они пугали меня. Он уже не был похож на моего папу. Он вообще не был похож хоть на чьего-то папу. Я смотрела на него, как смотрела на старое фортепиано из красного дерева, стоявшее в гостиной. Когда мама привезла его домой из антикварного магазина, я сначала подумала, что это уникальное сокровище, которое теперь наше, и только наше. Но потом, когда я уже рассматривала его достаточно долго, то заметила и многочисленные изъяны: трещины, которые тянулись по деревянной поверхности; насколько оно неустойчиво, если не опирается о стену; зазубрины, сколы, другие мелкие повреждения, полученные в прошлой жизни и уже в нашем доме.

На следующий день все вернулось в норму. Утро было совершенно типичным, никто даже не упоминал о событиях вчерашнего вечера. Мама собрала осколки разбитой пепельницы шваброй и выбросила их в мусор; Энтони пошел к друзьям играть в футбол; папа вернулся к своему мрачному дневному времяпрепровождению. Похоже, изменилась в тот день только я.

Глава 2

Глава 2

*Жевать так громко,
чтобы не слышать,
что происходит вокруг*

Папа стал больше пить. Я не считала это чем-то необычным до той самой среды, когда в три часа дня услышала звон разбитого стекла. Если бы это был просто удар очередной тяжелой стеклянной пепельницы о стену, я бы так не вздрогнула. Если бы я не услышала папиного крика, то решила бы, что он просто в очередной раз потерял терпение.

К восьми годам я уже привыкла, что по кухне постоянно, словно конфетти, летают окурки и пепел. Они ругались – обычно после того, как мама просила папу перестать пить или сделать что –нибудь полезное по дому, чтобы она могла хоть чуть-чуть передохнуть. Уходя на работу, она просила его прибраться, а вернувшись, находила еще больший беспорядок. Тарелки беспорядочной стопкой валялись в раковине, а грязное белье, словно издеваясь, лежало рядом с корзиной. Мама очень обижалась. А он обижался, когда мама начинала его отчитывать. Чаще всего она быстро переставала. «Ничего страшного. Все нормально», – в конце концов говорила она. Она собирала в кучку все причины, по которым больше не может терпеть даже до завтра, и плотно их упаковывала. Она складывала их, сворачивала, перекладывала, все плотнее запихивая в воображаемый чемодан. Лишь благодаря бесконечному терпению она находила в «чемодане» все больше места. Она таскала этот багаж с собой, стирая ладони до волдырей, и мне иной раз даже казалось, что я вижу, как она горбится под неподъемным весом. Бывали моменты, когда она угрожала ему, говорила, что не собирается больше ему потакать. Тогда она выпрямлялась, расправляла плечи и бросала воображаемый чемодан себе под ноги; я видела, как она напрягается, нервничает, потом набирается уверенности, но в последний момент все-таки не решается просто взять и уйти.

Сейчас, если честно, я не понимаю, почему, несмотря на то, насколько невыносимо тяжелым стал «чемодан», несмотря на то, как ужасно она выглядела всякий раз, когда приходилось засовывать в него очередное горе, она так ни разу и не ушла.

Когда мама все-таки решалась защищаться, распаковывая эмоциональный багаж и бросаясь в папу его содержимым, он приходил в ярость. Хотя он и понимал, что ее претензии вполне оправданны, но всегда уходил в глухую оборону. Он снова и снова бил по ее неуверенности. Ругань, крики, оскорбления – все это подрывало ее уверенность. Она ощущала себя маленькой. Да, она заправляла в доме и оплачивала счета, трудясь на четырех работах, но, тем не менее, я видела, как ее натиск слабел, и она опускала голову, словно думая: «А вдруг он прав?» Если она пыталась дать отпор, он рычал еще громче или швырял в стену какую-нибудь очередную ее любимую вещь.

Но даже не тогда я начинала дрожать всем своим пухлым тельцем. Не тогда моя душа уходила в пятки. Нет, только когда в комнату входил Энтони, когда я слышала, как он пытается разговаривать своим высоким мальчишеским голоском, как взрослый, у меня так начинал болеть живот, что я даже не понимала – мне просто хочется есть, или меня сейчас стошнит? Я видела, как Энтони влезал между мамой и папой, разделяя их своей худой фигуркой. Я видела, как он храбрится, пытаясь справиться с заиканием. Поначалу папа обращался с ним спокойно – ласково говорил, что все в порядке, и ему нужно уйти в свою комнату. Но, едва взглянув на маму, Энтони понимал, что никуда не пойдет. Он оставался и пытался разрядить ситуацию. Вскоре папа начинал оскорблять Энтони точно так же, как до этого маму. Он дразнил его, угрожал, словно тот был его ровесником, а не четырнадцатилетним сыном, и во мне начинал закипать гнев. У меня все горело внутри. Я так сильно стискивала зубы, что боялась, что они вот-вот сломаются.

Я до сих пор помню последний раз, когда Энтони вмешался в их перебранку. Они втроем стояли в кухне, а я смотрела из темной столовой. Когда папа начал кричать, я глубоко погрузила ногти в ладони. Он унизил Энтони, стал ему угрожать, потом обозвал педиком. Я посмотрела на покрасневшее лицо папы, потом – на дрожащую губу Энтони, после этого на маму, которая одной рукой обнимала Энтони, а другую протянула к мужу, не подпуская его ближе.

Пошатываясь, на свинцовых ногах, я подошла к папе. Я слегка наклонилась, чтобы заглянуть ему прямо в глаза; папа сидел на кухонном стуле, который трещал под его ста шестьюдесятью килограммами, а я была выше и тяжелее любой другой девочки во втором классе. Мне казалось, что мои глаза горят. Я наклонилась к нему; наши лица оказались в нескольких дюймах друг от друга, едва не касаясь носами.

А потом я сказала, что ненавижу его, что он очень, очень плохой человек, и я не шучу. Мама взяла меня за плечи, но я наклонилась еще ближе, словно пытаюсь раздавить его своей яростью. Я ругала его теми же словами, которыми он ругал Энтони и маму все восемь лет моей жизни, надеясь, что ему станет так же больно, как было им. Я даже не знала, что мои слова будут для него значить. Больше того, я даже не знала, каким хотела бы, чтобы он был, не знала, что вообще хочу от отца. Но потом я вспомнила сериалы «Полный дом» и «Маленький домик в прерии», отцов, которых я там видела, – Дэнни Таннера и Па Инголлса – защитников и кормильцев. И поняла, что мой отец – не тот и не другой.

Когда я закончила осыпать его всеми оскорблениями, которые смогла вспомнить, то заглянула папе в глаза, ожидая ответа. Я хотела, чтобы он сделал со мной то же, что и со всеми остальными. Я тяжело дышала ему в лицо, отходя от притока адреналина. Я была готова к чему угодно. Он закрыл глаза. Я снова стиснула зубы, словно напряжение мышц могло превратить мое лицо в твердый щит. Потом он открыл глаза; такого взгляда я предвидеть не могла. Мое сердце словно сдулось, как две недели тому назад, когда мальчишки в классе называли меня жирной, а девочки смотрели и смеялись.

В тот день мои одноклассники бегали на перемене по школьному двору, смеясь и перешептываясь. Я думала, что мальчишки просто шутили о нашей учительнице. Лишь после того, как ко мне подошла одна из девочек – ее дразнили за то, что она случайно пукнула на уроке физкультуры, – я поняла, что это как-то связано со мной. Она сказала – так же спокойно, как однажды напомнила, что я забыла вернуть ее розовый механический карандаш, – что мальчишки хотят, чтобы я слезла с качелей, потому что они думают, что я такая жирная, что подо мной они сломаются. Несколько секунд я сидела неподвижно, ошеломленная. Мое лицо запылало, когда я поняла, что мне только что сказали; я оглядела площадку, отчаянно вспоминая какую-нибудь шутку, думая, что сказать, чтобы скрыть свою неловкость. А потом я увидела их: всех мальчишек и нескольких девчонок, стоявших под баскетбольным кольцом и смеявшихся надо мной. Смеявшихся из-за меня. Я опустила голову; на глазах выступили слезы, угрожая вырваться на свободу, на мои персиковые щеки. Я не могла не заметить, как черная резиновая сетка качелей врезается в мои бедра. Я сразу вспомнила, как мама перевязывает свиной окорок – белые веревочки точно также врезались в мясо. Я часто заморгала, надеясь смахнуть слезы ресницами. Поднять глаза я не решилась. Я боялась, что эта девочка все еще стоит рядом, наслаждаясь моим унижением. Или, хуже того, хочет сказать еще какую-нибудь гадость.

Все, что я сказала папе, достигло намеченной цели. Мои слова очень сильно его ранили. Когда он отвернулся и залпом опрокинул в себя банку пива, я возненавидела себя. Я ненавидела его за то, что он так меня разъярил. За то, что научил меня, что люди к тебе прислушиваются, только если на них наорешь, что словами можно не просто ранить, но и насыпать соли в открытую рану. Я ненавидела маму, пусть еще и сама этого не понимала, за то, что та позволила мне увидеть его ярость и выпустить на свободу мою собственную. Позволила мне поверить, пусть и на мгновение, что у меня есть власть, что мой ум может повзрослеть раньше, чем тело. Я злилась из-за того, что, пытаясь остановить бой, спровоцировала новую войну. Но больше всего меня бесило, что, пытаясь защитить нас всех от задиры, я сама превратилась в задиру.

Мама рассказывала, что до моего рождения он почти не пил. Через шесть лет после замужества и рождения моего брата мама принесла домой розовый сверток с растрепанными черными волосами, полными губами и малюсеньким носом. 25 января, в мой день рождения, он напился до беспамятства. Она тихо плакала, уткнувшись лицом в мою маленькую шейку. Той

ночью она спала в комнате Энтони, а я лежала между ними. Утром мама открыла глаза и увидела, как Энтони приглаживает мои волосы и что-то шепчет в мое малюсенькое ушко. Она улыбнулась.

– Что ты говоришь сестренке? – спросила она.

– Что она может жить в моей комнате.

В ту среду, когда я услышала звук бьющегося стекла, я сидела в комнате Энтони, отчаянно пытаюсь запихнуть Барби, одетую в свадебное платье, на переднее сидение ее «Шевроле Корвет». Мне почти час пришлось уговаривать Энтони, чтобы он все-таки разрешил мне провести свадьбу у него в комнате. Он сам сидел в другом конце комнаты и играл в «Сегу». Когда мне наконец удалось запихнуть всю ткань в машину, я положила Кена на капот и вытащила из упаковки карамельку с кремом. Я раскрыла обертку и отправила конфету в рот целиком, и тут послышался звон.

Я подпрыгнула, откусывая конфету; мои зубы застряли в вязкой карамели. Остальные конфеты рассыпались по полу.

– Мири! – крикнул папа.

Я услышала стук ее босых ног по дощатому полу. Энтони тут же вскочил.

– Андреа, пойдем, – выдохнул он, бросаясь к выходу.

Я неподвижно сидела на полу, прислушиваясь к происходящему снаружи. Я не могла ничего сделать – только жевать. Я разжевала весь липкий центр, и он растворился на языке. Если я достаточно сильно закрою глаза, я до сих пор могу вспомнить этот вкус. Помню, насколько обострены были мои чувства – каким богатым показался мне вкус карамели, каким потрясающе сладким оказался белый крем в середине. Именно в этот момент я впервые полюбила еду именно за то, что она помогла мне отключиться от мира.

– Андреа-а-а! Скорее! – крикнул Энтони.

Они уже добежали по подъездной дорожке до нашей белой «Тойоты» и поспешно усаживались в нее. Но я не могла – просто не могла – не собрать все карамельки. Я быстро, как могла, собрала рассыпанные конфеты и только после этого поднялась и выбежала из комнаты. Я засунула конфеты глубоко в карманы; целлофановые обертки захрустели, плотнее укладываясь в недрах моего джинсового комбинезона.

Добравшись до машины, я увидела сидевшего на переднем сидении папу; у него шла кровь. Энтони в ужасе уставился на пропитавшееся красным махровое полотенце. Мама едва дышала от страха. Крепко сжимая руль, она посмотрела на меня; я стояла, заглядывая в водительскую дверь.

Я забралась на заднее сидение рядом с Энтони. Тот сжал мой пухлый кулачок и притянул его к себе.

Папа был в ярости. В перерывах между руганью на маму и приступами боли он повернулся к нам с Энтони и сказал, что порезал руку о стеклянную дверь. Я кивнула, понимая, что вопросы лишь разозлят его еще больше. Когда мы доехали до больницы, когда-то желтое полотенце стало уже полностью красным и тяжелым от крови.

Мы сели в коридоре; две медсестры спешно увели папу за большие двойные двери. Мне было интересно, как они будут лечить его руку – может быть, наложат гипс, как моему однокласснику, который сломал руку, упав со шведской стенки? Я попыталась представить, что напишу на этом гипсе и каким цветом. Вскоре из-за дверей вышел врач и спросил, можно ли поговорить с мамой. Они отошли на несколько футов от места, где сидели мы с Энтони. Мама говорила тихо, но я все-таки услышала, как она рассказывает доктору, что папа пьет. Они ссорились, и он случайно пробил кулаком стеклянную дверь. Сглотнув, она продолжила: стекло рассекло ему предплечье по всей длине, судя по тому, как хлынула кровь, она подумала, что он задел вену, и...

Я вытащила из кармана еще одну карамельку с кремом и развернула ее. Целлофановая обертка так громко хрустела, что я не услышала дальнейших слов. Я внезапно почувствовала сильнейший голод – такой, что конфета словно сама прыгнула в рот. Голову заполнил звук жевания. Он до странности успокаивал.

Я сжевала все карамельки, одну за другой, оставив от них только кучку оберток на соседнем кресле.

Тот день в больнице все изменил. Следующие несколько месяцев мама вообще не говорила с папой о том, что он пьет. Я больше не слышала, как она умоляет его «перестать хоть на одну ночь», когда они сидели на кухне вдвоем. Она не останавливала его, когда он, обнаружив, что в холодильнике из напитков только молоко и «Кока-Кола», брал ключи и уходил. Сейчас она говорит мне, что просто не хотела больше ссориться. Она хотела проверить, сможет ли просто не обращать на это все внимания – ради того, чтобы мы с Энтони жили в полной семье.

Так что папа пил.

Теми редкими вечерами, когда мама не уходила на ночную смену, она готовила ужин, и мы все ели вместе. Она делала замечательные блюда; особенно я любила мясной рулет в сладком соусе «с дымком», который она подавала с картофельным пюре с чесноком, маслом и жирными сливками. Те вечера были единственными, когда мне не приходилось жевать так громко, чтобы не слышать, что происходит вокруг. Тарелки, салфетки, столовые приборы – все они оставались на месте. Мы спокойно сидели вокруг квадратного стола для рубки мяса. Много раз мы смеялись, поглощая ужин, такой же большой и шумный, как сумма наших четырех характеров. Я хотя бы ненадолго, но ощущала, что все в порядке. Папа был самим собой – очаровательным и остроумным. Он рассказывал нам истории, от которых я так хохотала, что у меня молоко лилось из носа. Даже Энтони не так заикался. Когда папа не кричал, не приходилось тщательно обдумывать каждое слово и фразу. Он словно поддерживал ногой разболтанную ножку нашего стола, чтобы тот не шатался. Я даже начинала думать, что все снова нормально.

Но бывали и моменты посреди ужина, когда папу что-то раздражало – какая-нибудь фраза, звук, да что угодно, – и он почти мгновенно переставал есть. Его словно начинало тошнить от необходимости поддерживать наш стол, и он злился на нас за то, что мы вообще попросили его подставить ногу. Я тогда чувствовала, словно что-то вокруг неуловимо изменилось. Я хваталась за тарелку, словно зашатался не воображаемый, а вполне реальный стол, и представляла себе, что удерживаю его от падения. Я всячески старалась разделить еду в тарелке на отдельные участки.

Горох поддерживал четкую границу с картошкой-пюре, которая, в свою очередь, не смела прикасаться к мясу. Печенье с маслом и вовсе соблюдало строгий карантин. Такое разделение еды успокаивало меня. Я брала вилкой немного картошки, а потом аккуратно приминала ее, возвращая прежнюю форму. Горошины я ела рядами, чтобы не нарушать линию, отделявшую их от мяса. А если границы, которые я установила на тарелке, нарушались – если горох вдруг смешивался с пюре, – я быстро восстанавливала статус-кво.

В последний раз мы все ели за одним столом в начале весны 1995 года – в том году мне исполнилось десять. После этого папа лег в реабилитационную клинику, а мама сказала, что мы переезжаем. Папины родители решили окончательно поселиться в кондоминиуме в Миртл-Биче, штат Южная Каролина, вместо того чтобы постоянно мотаться между солнечным Югом зимой и Медфилдом, штат Массачусетс, где у них был дом, летом. Мама сказала, что бабушка и дедушка собираются отдать нам этот дом, а пока мы будем его у них снимать. Я не совсем понимала, зачем нам уезжать из дома в город в пятидесяти милях от нашего. Энтони только что перешел в старшую школу и упрашивал маму остаться. Моя лучшая подруга Лилли посоветовала мне просто сбежать. Но потом я услышала телефонный разговор мамы с сестрой Морин – она сказала что-то о «взыскании по ипотеке», а потом, уже плача, добавила, что у них нет денег. Наш дом был уже не нашим.

Все восемь маминых братьев и сестер тем летом приехали из Бостона в Метуэн, чтобы помочь нам перевезти все вещи в дом бабушки и дедушки в Медфилде. Я сидела в своей комнате и плакала. Потом, когда все уже разошлось, и мы готовились навсегда уехать из дома, я нашла маму плачущей в подвале. Увидела, как она стоит, сгорбившись, в темном углу прачечной; она хотела скрыть от меня и Энтони, как страдает из-за того, что нам придется уехать. Она так хотела оставить этот дом нам, но не смогла, и эта неудача тяжким грузом лежала на ее плечах и сердце. Я минут десять смотрела на нее, так и не решившись выйти из своего укрытия.

Я вообще не хотела идти осенью в школу. Я боялась быть новенькой, да еще при этом и жирдяйкой. Когда я зашла в класс миссис Харрингтон и села за единственную свободную парту, уже прозвенел звонок. Когда на меня стали оборачиваться, я покраснела. Я улыбалась всем, не открывая рта, потому что еще в первом классе ребята сказали мне, что из-за дырки между зубами и пухлых щек я очень напоминаю бурундука, если улыбаюсь широко. Отчасти я жалела, что опоздала в первый же день, потому что меньше всего мне хотелось приходить вот так, у всех на глазах; отчасти я вообще жалела, что пошла. Другие десятилетние дети так на меня смотрели, что штаны сразу показались теснее, а резинка на них – слишком сильно врезавшейся в живот. Все уже носили джинсы, а я – стрейчевые штаны, да еще и со штрипками⁵. Я носила золотые сережки, а остальные девчонки – наклейки с голограммами звездочек и месяцев. Мне казалось, что я в классе вообще не к месту.

Но через несколько месяцев в Медфилде дела даже как-то пошли на лад. Я поняла, что если сама буду смеяться над своей полнотой, то остальные не смогут сделать это первыми. Если много шутить, особенно с мальчишками, то они с куда меньшей вероятностью будут звать меня «негабаритным грузом» или «жирной жопой». Еще я узнала, что манишки⁶ на физкультуре бывают разных размеров, и если я хочу найти ту, которая налезет на меня, я должна добраться до кучи первой. Что пояса, которые мы надевали на игре «Захвати флаг», на мне не застегиваются, но если заткнуть оба конца под шорты, они будут держаться. Что иногда даже друзья за глаза называют тебя «китом», но это не значит, что они тебя не любят. Что легче говорить всем, что папа уехал в командировку, чем рассказывать, что он сидит дома в одних трусах и пьет. Что если друзья приглашают домой после школы, то наверняка предложат остаться на обед, и мне не придется есть дома одной, пока мама на работе.

Когда я более-менее стала привыкать к новой жизни, однажды утром папа не приехал домой. Мама сказала, что он лег в больницу на реабилитацию. Я сидела за кухонным столом, не понимая, почему его забрали так внезапно. Через три дня из маминых телефонных звонков я узнала, что в ночь, когда папа не вернулся домой, он купил галлон водки и, хорошенько выпив, выехал на магистраль, где врезался в отбойник. Он собирался доехать до нашего старого дома в Метуэне, поставить машину в гараж, закрыть дверь и пить, оставив двигатель включенным, пока не задохнется от угарного газа. Он надеялся, что не вернется из той поездки домой. Когда я все это осознала, то на следующий день не пошла в школу и съела пять тарелок готового завтрака. Я не смотрела ни на что, кроме коробок, пакетов с молоком и тарелки, пока не съела вообще все содержимое буфета. Я ела до тех пор, пока не обессилела настолько, что даже сдвинуться не смогла. Я думала только об урчании живота, переваривающего Lucky Charms, Frosted Flakes и Trix.⁷

Суд отобрал у папы водительские права. Два месяца его продержали в реабилитационной клинике в другом городе. Когда мы навещали его на выходных, он давал мне арт-проекты, которые делал в свободное время, – керамический рождественский орнамент и блокнот с черно-белыми набросками. Мы хохотали, когда он рассказывал нам о людях, с которыми

⁵ Тесьма в виде петли, пришитая к нижнему краю штанины брюк так, чтобы они не задирались при движении.

⁶ Особый нагрудник к женскому платью.

⁷ Хлопья.

познакомился на групповой терапии, подражая их жестам и голосам. А когда папа наконец вернулся домой, то выглядел вполне здоровым. Он ездил по Медфилду на велосипеде. Он даже придумал себе конкретный маршрут. Он помогал мне с домашними заданиями, мы часами играли в видеоигры – а мама устроилась на третью и четвертую работы, отчаянно пытаясь свести концы с концами. С ее лица почти не сходило паническое выражение, и я должна была уже тогда понять, что что-то не так. Должна я была понять, что что-то не так, и тогда, когда пошла с мамой в воскресенье в продуктовый магазин, и она сказала, что у нас на все покупки 25 долларов. Тем не менее, меня совершенно застала врасплох новость, что придется уезжать из дома. Бабушке и дедушке надоело терпеть папу, мы уже несколько месяцев не платили им за аренду, так что за две недели до Рождества они сообщили маме, что до первого января мы должны покинуть дом. Никакие просьбы и уговоры не помогали, даже когда мама взмолилась: «Но, Кэй... Нам же некуда идти. Пожалуйста». Бабушка осталась непреклонной. Мы упаковали вещи в мусорные пакеты и ящики из-под выпивки и к новому году перебрались в двухкомнатную квартиру в Уилкинс-Глене, бедном районе Медфилда. Второго января, ничего нам не сказав, бабушка и дедушка сменили замки и выбросили все наши вещи, оставшиеся в доме.

Через три недели, сразу после моего одиннадцатилетия, мама записала меня в лигу боулинга. Туда же записались все мои новые друзья. По четвергам после боулинга автобус высаживал нас у школы, и, выглядывая из заиндевевшего окна, я видела обычный караван из «Доджей Караванов». Родители, выстроившись в линию, встречали нас. Я быстро понимала, кто из них за кем приехал – и что за мной, как обычно, не приехал никто.

Чаще всего я просила кого-нибудь подвезти меня, чтобы не идти две мили до дома. Кто-нибудь из родителей обычно любезно соглашался, хотя я и жила далеко. Никто этого прямо не говорил, но я чувствовала, как они неслышно вздыхают, отвечая «конечно». Я замечала, как родители слегка вздрагивают, когда машина наезжала на ухабы. Они улыбались мне в зеркало заднего вида и говорили:

– В каком порядке тут держат территорию!

Я улыбалась, думая, что мне повезло, что бедный квартал хотя бы выглядит более-менее респектабельно.

В один четверг, выйдя из автобуса, я увидела папу. Он перестал пить и снова начал ездить на велосипеде. На меня пахнуло холодом. Температура была нетипично низкой даже для переменчивой погоды Новой Англии. Папа был одет в пуховик такого яркого цвета, словно он почти кричал: «Я синий!» На голове у него была обтягивающая лыжная шапочка, которую он, должно быть, получил в подарок от какой-нибудь компании на конференции несколько лет назад, когда он еще работал.

Она была ужасного зелено-бронзово-горчичного цвета. Настоящая деконструкция коричневого. На макушке был помпон из дешевой шерсти.

Увидев его, я потеряла дар речи. Его старый горный велосипед был еще хуже, чем одежда. Я была уверена, что он не один год ржавел в чьем-то гараже, прежде чем его все-таки выставили на дворовую распродажу.

– Что ты здесь делаешь? – спросила я.

Он улыбнулся, должно быть, подумал, что раз меня обычно никто не забирает, я обрадуюсь, увидев его. Вместо этого я оцепенела. Если бы в кабинете у психолога висел плакат «Какая я эмоция?», то на эмоции, обозначающей «ужас», непременно красовалась бы мое лицо. Он пришел забрать меня. Доехать на велосипеде со мной до дома. Я помахала друзьям и их родителям, давая понять, что сегодня меня подвозить не надо, и зашагала по тротуару. Он поехал за мной, не отставая, как бы быстро я ни передвигала свои пухлые ножки. Я попросила его:

– Пожалуйста, пожалуйста, пожалуйста, пожалуйста, сними шапку!

– Что?.. Нет! Зачем? На улице же холодно!

– Она уродская, она мне не нравится, и... Мне неловко из-за тебя.

После паузы я добавила:

– Уходи.

– Андреа, ты что, с ума сошла? – Он смущенно улыбнулся, продолжая крутить педали. Я остановилась. Он затормозил рядом; я повернулась к нему.

– Я не хочу, чтобы кто-то видел меня с тобой. Я не хочу, чтобы ты ехал рядом со мной.

Его взгляд изменился. Я поняла, что ранила его. Он приоткрыл рот, словно хотел еще что-то сказать, но... О, это уже все неважно.

Я пошла направо, он медленно поехал в противоположную сторону. Я даже не обернулась. В тот момент я чувствовала себя такой гордой, уверенной, что поступила правильно. Я считала, что возможность избежать неловкой ситуации, унижений, которые я уже себе напридумывала в голове, стоила того, чтобы прогнать отца, который решил забрать меня из школы.

Через час я дошла до дома, даже не понимая, что, наверное, должна стыдиться того, что произошло чуть ранее.

Я остановилась в дверях кухни, просыпав немного хло – пьев из тарелки, и посмотрела на него. Папа сидел за кухонным столом; увидев его взгляд, я сразу поняла, что, приехав домой, он выпил. Его глаза были затуманенными и остекленевшими. Я задумалась: неужели это он из-за меня поехал на Норт-стрит, в винный магазин?

Он отвернулся к столу, а я посмотрела на тарелку с «Apple Jacks», распухших, пропитавшихся молоком. «Прости», – прошептала я так тихо, что никто бы все равно не услышал.

Я подумала, не сесть ли рядом с ним, но вместо этого ушла в свою комнату, опустила лицо в тарелку и заплакала, орошая солеными слезами желтоватое молоко.

Он снова, как раньше, начал беспробудно пить. Потом началась весна, и он пропал.

Прошло два дня, прежде чем на кухне зазвонил телефон, и мама побежала на кухню, чтобы снять трубку, а я – в гостиную, чтобы послушать разговор. Почему-то мы обе знали, что это он.

– Мири, – начал он дрожащим голосом.

Мама дотянула спиральный телефонный провод через весь коридор до гостиной. Прикрыв трубку рукой, она сказала мне положить мою трубку. Она так на меня смотрела, что я не решилась возразить. Я поставила радиотелефон обратно на базу, и она выбежала из комнаты.

Я продержалась всего минуту, потом побежала на кухню. К тому времени мама уже договорила. Она сказала мне: «Одевайся, сейчас поедем за папой».

Я начала расспрашивать ее; мама лишь в отчаянии взглянула на меня. Ее взгляд напугал меня. Она отчаянно озиралась, словно в поисках Энтони, который опять ушел гулять с друзьями.

– Френси, папа... пытался себя убить.

Мама словно извинялась передо мной. Он остановился в мотеле возле шоссе, в номере съел упаковку таблеток и запил их водкой.

Папа лег в госпиталь «Тьюксбери». В следующие несколько недель он проходил интенсивную групповую и индивидуальную терапию. Он не пил четыре недели подряд. Вернувшись домой, он рассказал, что познакомился и подружился там с каким-то парнем. Этот новый друг жил на западе, в Аризоне. Папа был уверен, что сможет уехать в пустыню, пожить там с другом, воздерживаясь от алкоголя, и вернется другим человеком. Он сказал, что ему просто нужно на время сменить обстановку, и обещал вернуться, как только придет в себя.

В июне он уехал на поезде на запад, взяв с собой только пакетик крекеров. Через три недели он позвонил нам из Финикса. Мы сразу поняли по голосу, что он пил. Его фразы были рублеными и бессмысленными. Он попросил маму прислать ему денег на поезд. Когда она отправила ему деньги, он действительно вернулся.

Целый год, с лета 1995-го по весну 1996-го, папа периодически ездил в Аризону и обратно. Каждый месяц мама говорила с ним по телефону и высылала ему деньги. Каждый раз по возвращении он обнаруживал, что жить трезвым в Медфилде хуже, чем одному пить в пустыне. Он уговорил Энтони поступить в Аризонский университет – сказал, что на Юго-Западе им вдвоем будет хорошо жить. Несмотря на мольбы и слезы мамы, Энтони осенью уехал с папой. Я ненавидела Юго-Запад – хотя бы потому, что он отобрал у меня их обоих. Более того, после их отъезда мама опять из-за работы почти перестала бывать дома. Я держала телевизоры во всех комнатах включенными, чтобы хоть так бороться с чувством одиночества, вызванным гнетущей тишиной.

В июне, когда я уже почти доучилась в шестом классе, позвонил папа. От Энтони, который виделся с ним все реже и реже, я знала, что папа сильно пьет. Он даже рассказал, что несколько раз отец, напившись, унизил его на глазах своих друзей.

А сейчас ему опять нужны были деньги. Из маминого разговора я поняла, что он хочет вернуться домой. У нее не было ни копейки. Отчасти она знала, что и для Энтони, который взял академический отпуск на семестр, и для меня будет лучше не жить дома с алкоголиком – даже если это наш отец. С другой стороны, она до сих пор отчаянно любила его и хотела, чтобы он вернулся домой в целостности и сохранности, неважно, трезвый или пьяный. Но еще она помнила, на что он потратил присланные деньги в три предыдущих раза.

– Роб, прости, я не могу.

С этими словами она передала трубку мне. Мое сердце колотилось; я не знала, что делать: поддержать маму, как взрослая, или сказать правду – что я люблю его и хочу, чтобы он вернулся. Он попросил меня уговорить маму прислать ему деньги. Сказал, как сильно хочет вернуться домой, обещал, что в этот раз все будет по-другому.

– Но, папа, ты никогда не меняешься... ты никогда не станешь лучше. Мама права. – У меня перехватило дыхание. – Ты не должен возвращаться домой.

Даже через телефонную трубку я почувствовала, как он закрыл глаза. Потом кивнул. Я услышала то, что он так и не сказал вслух: «Поверить не могу, что ты так сказала, Андреа. *Ненавижу тебя за эти слова. Но... Я знаю. Ты права*». Когда я попрощалась с отцом, у меня поднялся комок в горле. Я словно проглотила собственное сердце.

В субботу, 23 ноября 1997 года, за день до того, как я должна была прочитать перед всем классом «Рождественский гимн» Чарльза Диккенса, зазвонил телефон. Я сидела на углу маминой кровати, когда она ответила на звонок.

Она отвернулась к стене, а я внимательно перечитывала Диккенса. Потом послышался щелчок положенной трубки.

Я подняла глаза, собираясь сказать ей, что ненавижу чтение, Диккенса и седьмой класс, но меня остановил ее взгляд. Он сказал все раньше, чем мама успела открыть рот.

– Папа умер.

Я убежала в свою комнату и разрыдалась, уткнувшись в одежду, висевшую в шкафу. Меня бесила ткань, касавшаяся моего лица. Я хотела сорвать всю одежду с вешалок. Меня бесило платье, которое я надела на первое причастие: жесткий, шершавый материал неприятно терся о влажную щеку. Меня бесила мама, которая решила его оставить, потому что изначально это платье было свадебным, и она его обрезала, чтобы оно налезло на меня. Меня бесило, что она думала, что раз это платье взрослого двенадцатого размера, я, наверное, смогу его надеть снова, когда вырасту. Я знала, что это невозможно – и ни одна девочка после второго класса больше не надевает платье, которое носила на первом причастии. Я подумала, что когда люди взрослеют, они становятся больше. А потом меня стало бесить и это.

Сколько я ни старалась вспомнить остальные события той ночи, на ум приходят только две фразы – те, что мама сказала нам с Энтони в спальне.

– Папа умер в июле в Аризоне. У него случился инсульт, его тело нашли на вокзале.

Я вспоминаю следующие несколько дней. Разные маленькие кусочки событий, обрывки телефонных звонков, лицо брата, сгорбленную спину мамы, лежавшей в постели на следующее утро. Это время напоминает мне поцарапанный компакт-диск, перескакивающий с одной песни на другую и обратно, так что разобрать можно разве что отдельные фрагменты мелодий и аккордов. Весь ноябрь 1997 года кажется разбитым, разрозненным и дырявым.

Зато я хорошо помню еду. Помню черничные маффины JJ Nissen, которые в понедельник привезла бабушка. Влажная поверхность маффина липла к пальцам. Я съела два, а потом раздавила ладонями упаковки, прежде чем выбросить их в мусорное ведро. Еще помню сливочный вкус двухпроцентного молока и резкое покалывание во рту от ледяного Newman's Own Lemonade. Я не помню разговоров, не помню, какое платье надела на похороны, какую надгробную речь произнес восемнадцатилетний брат; что я говорила одноклассникам, когда они звонили и спрашивали, смогу ли я сделать свою часть проекта для какого-то урока в среду. Плакала я, по-моему, всего два раза.

Я помню только упругое тесто купленного в магазине черничного маффина. Большие кольца масла, протекавшего через пергаментную упаковку. Еще помню, как благодарила бабушку и тетю Марджи за то, что они привезли нам целую кучу продуктов.

Когда мне нужно было заглушить чувства, я торопливо ела. Отчаяние и раскаяние. Я резко глотаю. Кусок черничного маффина пролезает между гланд и начинает путешествие в живот. Трудно сказать, что за комок у меня в горле – от слез он или же это едва пережеванный, но уже проглоченный кусок. Комок опускался все ниже и ниже, словно теннисный мячик, который записывают в колготки.

После папиной смерти я так ела много дней подряд. Пищевой дискомфорт на несколько мгновений давал мне облегчение. Я думала, что желудком смогу заткнуть дыру в душе, оставшуюся после ухода папы, – неважно, алкоголиком он был или нет. Маффины, распухшие от молока, – я ела все подряд, надеясь, что это отвлечет меня.

Но еда меня не отвлекала.

Она и не смогла бы.

Я ела с такой же яростью, какую ощущала. Я глотала с трудом. От стыда я низко опускала голову над тарелкой. Я отчаянно наполняла желудок.

Еда притупляла эмоции.

Хотелось бы мне помнить папино лицо так же хорошо, как помню, как один за другим ела маффины на следующее утро после того, как мама сказала, что он умер. Хотелось бы мне всегда знать, где находится папа, а не искать его и не волноваться в течение пяти месяцев, двух недель, пяти дней и девяти часов – начиная с того самого момента, когда я сказала ему не возвращаться домой, – потому что он нигде не жил и не имел при себе никакого удостоверения личности. Хотелось бы, чтобы у него не осталось при себе всего два цента в левом кармане. Хотелось бы, чтобы он не спал в товарном вагоне в удушающей пустынной жаре, напившись до беспамятства. Хотелось бы, чтобы его не пришлось идентифицировать по зубам, и чтобы его не записали в простой сосновый гроб, потеряли его данные и вспомнили, что нужно известить родных, только в ноябре. Хотелось бы, чтобы он...

Хотелось бы, думая о нем, вспоминать фотографию лучше той, что нам прислал коронер, чтобы мы подтвердили, что неопознанный бездомный, чье тело было найдено в июле, – действительно Роберт Ф. Митчелл. Хотелось бы, чтобы на той фотографии его глаза были закрыты, или хотя бы снова подернуты пьяной дымкой. Какими угодно, лишь бы не испуганными, холодными и мертвыми.

Когда я хотела забыть о последней фотографии отца, я ела. Я вешала сладкие и вкусные картинки поверх тех, что преследовали меня. Я запоминала еду – и ничего кроме.

Глава 3



После смерти папы я узнала две важные вещи. Во-первых, после того как он нас покинул, я на время лишилась ярлыка «толстухи», который сопровождал меня уже многие годы; мне даже стали сочувствовать как «девочке, у которой умер папа». Ребята, проходя мимо меня в коридоре, смотрели на меня, словно говоря: *«Мне жаль, и не только потому, что я смеялся, когда тебя на прошлой неделе обозвали в автобусе жирухой»*. Я отвечала благодарственным взглядом, потом понимала, что это вообще ничего не значит.

Во-вторых, я поняла, что школа – единственное место, где я не одинока. И из-за этого я ее полюбила. Я даже стала туда рваться.

Печаль, которую я чувствовала тогда и иногда чувствую до сих пор, вопит внутри меня. Это всепоглощающий, пронзительный звук, словно пожарная сирена. Она визжит так громко, что я вздрагиваю. Я пытаюсь спастись, закрыв уши. Подумываю даже о том, чтобы спрятаться под лестницей, надеясь, что хоть там звук немного стихнет. Но он всегда меня находит. Он находит меня, когда я стою в душе или иду по беговой дорожке; он будит меня среди ночи. Заставляет меня открыть уши. Я слышу его, но пытаюсь не думать о том, что он означает. Эта боль, этот звук – они оглушительны. Я уже столько времени его слушаю, что приобрела к нему иммунитет. Громкая сирена превратилась в глухой, непрерывный, монотонный звон, доносящийся откуда-то издалека. Иногда я даже заставляю себя забыть, что слышу его, хотя боль в ушах тут же напоминает.

Еда помогала мне забыть. Вкус, текстура и запах радовали меня настолько, что отключали все остальные чувства. Наполняя желудок, я заполняла свой разум настолько, что для печали не оставалось места.

Когда я наедалась сладостями до боли, возникало какое-то новое ощущение, никак не связанное с гнетущим одиночеством и спившимся отцом.

Кухня тоже помогала мне забыть. Этот закуток квартиры стал единственным местом, которое я могла терпеть. В тесном помещении мне было комфортно. Чем дольше я оставалась там, тем меньше времени мне приходилось проводить снаружи, в реальности, где я была слишком уязвима.

Оглядываясь назад, я очень ясно вижу изоляцию и отчаянное стремление к хоть какому-нибудь вниманию и любви, поглотившее меня. Мама вышла на работу через три дня после похорон. Энтони не вернулся в колледж в Аризоне. Он стал ночевать у друзей, подрабатывать – делал все, чтобы не приходить домой. Я так хотела, чтобы хоть кто-нибудь из них остался со мной, чтобы не дать папиной смерти медленно съесть меня изнутри. Но они со мной не оставались. А сама я не просила.

Я молилась, чтобы кто-нибудь из друзей пригласил меня в гости – там я хотя бы смогу съесть настоящий обед на тарелках в настоящей семье. Наш дом стал самым одиноким местом из всех, где мне приходилось бывать, и меня это бесило. Меня бесило, что именно мне каждый день приходится запирать переднюю и заднюю дверь перед сном. Меня бесило, что приходится беспокоиться из-за того, что рано утром за нашей машиной снова приедет эвакуатор, чтобы забрать ее за долги, а я в этот момент буду дома одна. И из-за того, что электрическая компания снова отключит свет, и я буду сидеть не просто одна, но еще и в темноте. Меня бесило желание заставить Энтони почувствовать себя виноватым за то, что его не бывает дома, потому что я отлично понимала – в нашем мертвом жилище никому не хочется надолго задерживаться. Меня бесила моя беспомощность и понимание, что мама работает, чтобы прокормить меня, а я просто сижу дома и поедаю все, на что у нее хватает денег. Я бесилась каждый раз, когда бросала в мусорное ведро очередную картонную коробку из-под хлопьев, потому что знала, что я только что съела пять тарелок, а маме не оставила ничего.

Но, сколько бы я ни бесилась и ни ненавидела все это, ничего не менялось: от ненависти в нашем доме не прибавлялось людей, еды или комфорта. Никто из нас не мог дать остальным

ничего серьезного. Ни мама, ни Энтони, ни я. Вместо этого мама и Энтони уходили и выжидали, занимая себя работой. А я, со своей стороны, сидела и ела.

Когда я съедала все сладости в кухне – обычно всего дня через три после того, как мама приносила продукты, – я начинала готовить. Я пополняла наш буфет домашними сладостями. Рецепты я практически всегда заимствовала из единственной кулинарной книги, стоявшей на кухонном столе, – нашей любимой, изданной компанией Silver Palate. Мама, которая не выносила даже упоминания о беспорядке, никогда не оставляла что-то лежащим не на своем месте – особенно если это место было книжной полкой или ящиком стола. Тем не менее, эту книгу она держала рядом со своим миксером KitchenAid на кухонном столе – а это что-то да значит.

Еще с пяти лет я стала ее помощницей на кухне. Я наблюдала за ней, когда она взбивала масло и сахар в блестящее золотистое тесто для епископского пирога, ванильного фунтового пирога, который словно выскакивал на стол из черно-белых иллюстраций кулинарной книги. Мы делали роскошные лимонные квадратики – пирожные с яркими нотками цитруса и основой из масляного бисквита. Мама разрешала мне посыпать их сахарной пудрой. Я помогала: разбивала яйца в тесто, размешивала их, проводила ножом по мерной чашечке, чтобы убрать лишнюю муку. Я научилась рассчитывать время. Научилась точности. Я узнала деликатную природу изготовления выпечки. Но, конечно, больше всего я любила пробовать на вкус. Было что-то ценное в облизывании каждой ложки теста и перепачканных глазурью пальцев. Что именно было ценным, я не понимала, но зато понимал мой желудок, и для меня этого было достаточно. Я отдавала большинство важных решений на откуп мудрости моей талии. Проведя несколько лет рядом с мамой, задавая вопросы, наблюдая, как поднимаются капкейки, через дверцу духовки, я научилась читать по карточкам с рецептами. Они были выстроены очень удобно, по алфавиту. *Apple Pie* (яблочный пирог), *Banana Bread* (банановый хлеб), *Carrot Cake* (морковный пирог)... И каким-то образом, даже не осознав, когда случился этот переход, я сама стала пекарем. Я сидела на нашей кухне; мне было тринадцать, я даже не совсем понимала, зачем туда пришла – потому ли, что голодна, или просто из-за одиночества, – и сама делала сладости, которые мы когда-то готовили вместе. Сладости, которые буквально за нос приводили меня на кухню, привязывались к запоминающимся моментам моей жизни, прятались в глубины моей памяти. Масло, сахар, мука, коричневые яйца... Они до сих пор ощущаются, как что-то волшебное.

Двойные брауни с помадкой, жирные и плотные, как кирпичи; кокосовые блонди из белого шоколада, панна-котта с кремом, настолько плотная, что держалась даже в перевернутой ложке, печенья с патокой и специями – все это пробуждало желание. Доставая все это из духовки – у меня никогда не получалось сделать это, не обжегшись, – я уже чувствовала себя сытой. Наша квартира, моя кухня – там уже было не так одиноко, когда на столе остывали две дюжины пирожных. Не так тихо, когда звенел таймер и жужжал миксер. Размешивая тесто, я не замечала ничего вокруг.

А когда я не готовила, не сидела одна на своей кухне, мама возила меня в Бостон к своей сестре Морин, ее мужу Майку и детям Майклу, Мэтту и Мередит. Я проводила там выходные, каникулы и праздники, когда маме приходилось у них работать. Если бы у меня имя тоже начиналось на «М», я бы и забыла, что я не из их семьи. Морин и Майк относились ко мне также, как к своим детям; мои двоюродные братья и сестры, которые все были примерно того же возраста, приняли меня как родную. Я оказалась в атмосфере структурированной и нормальной семьи, которой не знала никогда. Там я была счастлива. Но иногда, в тихие моменты, когда я заходила на кухню и видела Майка, помогавшего Майклу со школьным проектом, или табель успеваемости Мэтта, гордо прикрепленный к холодильнику, или когда смотрела, как Морин плетет Мередит косички перед танцевальным выступлением, меня словно окатывал холодный душ – я возвращалась к реальности, понимая, что на самом деле эта идеальная семья не моя. В моем доме никто не помогал мне с проектами и докладами, никто не знал, принесла я свой

школьный табель домой или нет, а если мама и заплетала мне косички перед каким-нибудь выступлением, то посмотреть на меня все равно не приходила. Когда мама приезжала забирать меня, то, несмотря на то, что я ужасно по ней скучала, я оглядывалась из окна машины на большой красивый желтый дом и очень хотела там остаться.

В Медфилде я нашла другие суррогатные семьи – семьи моих лучших друзей, Кейт и Николь. Папа Николь, Пол, чаще всего подвозил меня домой после школы, предварительно накормив обедом. Я всегда чувствовала себя немного виноватой, сколько бы он ни уверял меня, что ему совсем не трудно довести меня до дома, потому что я знала: он столько всего делает, что ему просто не может быть «не трудно». Он был пожарным-добровольцем, да еще и посменно работал оператором на станции газоснабжения. Я знала мало мужчин, работавших так же неустанно. Больше того, я вообще не знала мужчин, которые не только работали на нескольких работах, но еще при этом и помогали убираться дома, готовили ужин и успевали ходить на матчи всех трех дочерей в детской футбольной лиге. Когда я играла в этой же футбольной лиге, мама сумела попасть только на одну игру. Но вот Пол на каждом матче бегал взад-вперед вдоль боковой линии и поддерживал меня, когда я получала мяч, так же громко, как когда получала мяч Николь.

Возможно, из-за выпечки, возможно – из-за потрясающих спагетти с тефтелями, которые готовил Пол, и уж точно – из-за того, как я ела, в седьмом классе я набрала 11 килограммов и стала весить ровно 90. И, хотя в ширину я росла куда быстрее, чем в высоту, мама ни разу не говорила мне об этом. Более того, мама и Энтони были единственными, кто никогда не упоминал о моих размерах. Оглядываясь назад, я изумляюсь, как Энтони, в отличие от одноклассников, умудрился ни разу за все время не назвать меня жирной. Собственно, в семье никто об этом не говорил, кроме бабушки – папиной мамы. Она, сколько я себя помню, постоянно разогревала мне в микроволновке что-нибудь из диетической линейки *Lean Cuisine*.

Каждое лето, когда мы с Энтони уезжали к бабушке и дедушке в Южную Каролину, чтобы провести там август, бабушка запасалась едой. На ее столе стояла коробка с двенадцатью липкими булочками с корицей и пеканом, так плотно покрытых белой глазурью, что их спирально свернутые центры почти не было видно, – но они все предназначались для Энтони. Рядом, для меня, стояла коробка жележных пудингов без жира и сахара, в которых даже не было ванильной начинки. В морозилке еда для Энтони и для меня тоже стояла отдельно. Ему – мороженое *Klondike*, мне – *Lean Cuisine*, а еще мы все вместе съедали тарелку лазаньи, которую бабушка приготовила лет десять назад, плюс-минус год. По утрам бабушка советовала мне посыпать рисовые хлебцы подсластителем *Equal*, чтобы «не повышать уровень сахара» – точно так же поступала она сама, борясь с диабетом. Однажды днем она прочитала мне нотацию: ее беспокоило то, сколько я съела бананов. Я даже не представляла, что бананов можно съесть слишком много, тем более беспокоиться из-за этого. Я посмотрела на бабушку и кивнула, стыдясь своего обжорства. Но когда она стала подниматься, я поняла, что не все так однозначно. Она застряла в кресле. При росте 160 сантиметров бабушка весила больше 136 килограммов. Ее живот, как и папин, словно шел перед ней. Может быть, она не хотела, чтобы я стала такой же, как она. Может быть, считала, что сможет меня изменить. Но все, что я поняла из ее действий и советов, – толстые люди должны есть диетическую еду, а вкусную еду можно есть только худым.

Мама была не такой. Она даже весов дома не держала. К лучшему или к худшему, она считала, что цифры и прочие результаты измерений должны жить в кабинетах врачей и в супермаркетах возле туалетов, где можно было заплатить двадцать пять центов и получить неприятное напоминание о реальности.

Когда в школе меня дразнили, она всегда меня успокаивала. Когда я возвращалась домой и плакала после очередного унижения на классном часу, она поддерживала меня, а не говорила, что мне нужно меняться. Мы, конечно, обе хотели, чтобы я весила поменьше, но мы не считали, что ситуацию можно как-то исправить. Мы относились к моей полноте примерно так же, как

к зиме в Новой Англии: и с тем, и с другим жить тяжело, но в обозримом будущем они все равно не изменятся.

Лишь после моего ежегодного медицинского обследования в восьмом классе, вскоре после того, как мне исполнилось четырнадцать, мы с мамой стали думать о моем весе иначе. Мы сидели в кабинете врача, также, как все годы до этого, и ждали, что тот скажет, какая я большая, после чего отпустит. Но на этот раз он глубоко вздохнул и положил перед нами график моего роста и веса. Я посмотрела на график, изумляясь ровной линии, которая постоянно поднималась вверх и вправо – с 1985 года по 1999. Он провел по линии пальцем и объяснил, что мой вес быстро растет с самого рождения, и скорость, с которой я продолжаю набирать вес, мягко говоря, тревожит. После паузы он сказал:

– Андреа, девочка моя, тебе нужно сбросить вес.

Следующая его фраза запомнилась мне навсегда:

– Такими темпами к 25 годам ты будешь весить 130 килограммов.

У меня отвисла челюсть и похолодело в животе. Сердце остановилось, наверное, секунд на десять. Мама взяла меня за руку. Я пришла в ужас. По моим щекам покатались большие, жирные слезы, а он перечислял советы, которые должны были помочь мне сбросить вес:

– Ешь больше фруктов, попробуй цельнозерновой хлеб, не ешь печенье...

Я перестала слушать после совета вступить в какую-нибудь спортивную команду для регулярных физических нагрузок, слишком напуганная, чтобы хотя бы притворяться заинтересованной.

Сказать, что в тот момент я была ошеломлена – это не сказать ничего. Примерно то же самое, что сказать, что я была немножко пухловатой. Когда врач ушел и закрыл за собой дверь, мама взяла мое лицо ладонями, посмотрела в мои наполненные соленой водой глаза и сказала:

– Френси, теперь слушай меня. Ты красивее всего, что я когда-либо в жизни видела.

Да, так может сказать любая мать, но я знала, что моя больше всего на свете хотела, чтобы я действительно ей поверила.

Мы вышли из больницы, и я проплакала всю дорогу до обеда в пиццерии, где мы сели в обитую кожей кабинку для двоих и впервые серьезно обсудили проблему с весом. Я чувствовала себя уязвимой, признаваясь маме, какой большой стала – мой вес казался чем-то неизменным и недостойным обсуждения. Я, конечно, не сказала этого вслух, но осознавала странность ситуации: мы разговаривали о здоровой пище, пока я допивала «Спрайт» – помимо всего прочего, врач посоветовал отказаться и от него. Я взяла картошку фри со своей тарелки с куриными наггетсами и быстро поднесла ее ко рту; то был навязчивый импульс, словно съесть все предложенное блюдо было первым шагом к необходимым изменениям. Я съела всю свою порцию, потом – часть маминой; внутри шло странное перетягивание каната между ненавистью и жалостью к себе. Я чувствовала, словно жир плотно прижимается ко мне, как и всегда, а от одной мысли о том, что от него придется избавиться, он стал жаться ко мне еще плотнее. В четырнадцать лет мой вес в 90 килограммов стал для меня серьезной обузой. Хуже того, меня еще и поставили перед фактом, что я теперь должна активно с ним бороться.

Я вспомнила, как ели лучшие подруги, и мне казалось, что я ем точно также. После школы мы все вместе ели одни и те же шоколадные кексы Drake's со сливочной начинкой. Мы все подливали себе в молоко шоколадный сироп. Мы все знали, в каких домах на Хэллоуин можно наколядовать большие шоколадки. Я верила, что мое тело предало меня. Я не хотела брать на себя никакую ответственность, так что считала, что жир появился на мне несправедливо и без причины.

Через неделю я с неохотой впервые села на диету. Мама прочитала в газете рекламу добровольного клинического исследования по борьбе с лишним весом у молодых женщин, которое проводилось в Бостоне, в Браймском и Женском госпитале. Она пришла домой со стопкой анкет, которые уже заполнила и подписала. «Это хорошая возможность для тебя», – пообещала

она, ее голос был успокаивающим и обнадеживающим. Она объяснила, что я многое смогу узнать, что меня там будут поддерживать. И, хотя я не могла похвастаться ни энтузиазмом, ни уверенностью, мне очень хотелось ей поверить.

Исследование было посвящено эффектам нового экспериментального препарата для потери веса под названием «Меридия». Лекарство работало, подавляя аппетит; желаемым эффектом было ослабление чувства голода и, соответственно, уменьшение потребления пищи, что, по идее, должно было привести к потере веса. Сейчас это лекарство, называемое также сибутрамином, запрещено в США и нескольких других странах из-за потенциально опасных побочных эффектов.

Половине группы из двенадцати девушек-добро-вольцев в возрасте от двенадцати до семнадцати лет должны были дать лекарство, другой половине – плацебо. Никто не знал, какую пилюлю им дали – настоящую или фальшивую. В течение трех месяцев девушки раз в две недели будут встречаться для взвешивания, обмера и беседы с командой диетологов.

Поначалу идея казалась разумной. На первой субботней групповой встрече я познакомилась с десятью девушками, которые все пришли с матерями, и нашими диетологами. Когда мы сели, я оглядела комнату и сразу заметила сходство. Мы все были большими, все с трудом втискивались в кресла с металлическими ручками, которые впивались нам в бедра, все явно нервничали и хотели уйти куда-нибудь – куда угодно – в другое место. Я посмотрела на матерей и увидела, что ни одна из них не была худой. Как и дочери, они сами носили на себе не меньше десяти нежеланных килограммов. Мне даже стало интересно: может быть, они и сами хотят сбросить столько же, сколько и дочери, которых они записали на исследование? Я посмотрела на главного диетолога; та поправила свое полупрозрачное муу-муу⁸, чтобы оно висело на животе, как полотенце на пляжном мяче. «Как она может быть толстой?» – спросила я себя.

Когда я всерьез начала раздумывать о том, что толстая женщина вряд ли сделает меня худой, началось собственно собрание. В первые десять минут мы представили себя и наших матерей. Потом мы перешли к обсуждению миссии группы: поддерживать друг друга, учиться правильно есть и больше двигаться. Чувствовать связь между собой и идти по одному пути, по идее, приятно, но мне было неловко в этом участвовать.

Ежедневно, не считая собраний, все мы принимали предписанные дозы «Меридии» (или плацебо) и старались следовать набору правил для здорового питания и физических упражнений, не слишком отличающихся от «пищевой пирамиды», прописанной FDA. Насколько я помню, основные правила включали в себя в том числе следующее.

1. Пить не меньше восьми 200 мл стаканов воды в день.
2. Ежедневно есть пять или больше порций фруктов и овощей.
3. Отказаться от продуктов из белой муки и обработанных зерен и перейти на цельно-зерновые.
4. Ограничить прием в пищу сладостей, состоящих в основном из сахара (тортов, печенья, выпечки).
5. Двигаться тридцать минут в день (ходить, бегать трусцой, танцевать, плавать).

После двух недель прилежного соблюдения правил у меня сердце ушло в пятки: я сбросила всего 300 граммов. Я старалась еще две недели, и, когда медсестра тайком сказала мне, что я набрала 600 граммов, я перед групповой встречей долго плакала в туалетной кабинке. У меня ничего не получилось. Я физически ощущала набранный килограмм жира, висящий внизу живота рядом со всеми остальными, и ненавидела себя за него.

Размышляя о том, как я ела в течение двух первых недель исследования, я понимаю свои ошибки. Еду, которую я считала здоровой – и которая действительно в нормальных порциях

⁸ Одежда гавайского происхождения свободного покроя, свисающая с плеч.

здоровая, – я поглощала безудержно. Горсть миндаля, которую я считала легким перекусом, «стоила» целых пятьсот калорий. Йогурт, который я попросила купить маму, был с сахаром и посыпкой из молотого печенья «Орео». Готовый завтрак Honey Bunches of Oats, который я уж точно считала здоровой пищей, тоже оказался не слишком полезным, если есть его по три тарелки за раз.

Диетологи на наших групповых встречах познакомили меня с миром здоровой пищи – они даже сводили всех нас в Whole Foods⁹, чтобы мы подивились на радугу представленных продуктов, – но, похоже, забыли предупредить о размерах порций. Сейчас, с высоты полученных знаний о питании, я понимаю, что потерпеть неудачу, сидя на такой диете, было для меня проще простого. Я всегда ела все, что хотела, причем самостоятельно отмеренными гигантскими порциями, так что мне предстояло для начала узнать, что большинство еды, например хлопья для завтрака и апельсиновый сок, нужно есть довольно умеренно. Почти никакая еда не «здоровая», если ее есть по три-четыре порции. На групповых собраниях нужно было обязательно поговорить и о калориях. Не для того, чтобы заставить нас с одержимостью подсчитывать калории, а чтобы понять, что у еды есть определенная ценность, и избыток любой пищи вредит нашему питанию.

К ночи я тайком съела три рулетика Little Debbie. Я запихнула пустые обертки глубоко в мусорную корзину, под комок бумажных полотенец, чтобы мама не нашла их и не разочаровалась во мне так же сильно, как я уже разочаровалась в себе. Если она и заметила пропажу рулетов, то ничего не сказала. На следующей неделе я попыталась, пусть и без особого энтузиазма, все-таки заняться здоровым питанием. Мне настолько сильно хотелось сладкого, что я продолжала тайком его есть. В огромных количествах. Мой желудок был полон чувства вины и печенья «Орео».

Я очень хотела стать меньше, не с такой болью думать о своих размерах, но я не была готова грызть яблоко, когда все мои друзья после уроков перекусывали печеньем. Я не хотела больше двигаться. Это нечестно: мне нужно заниматься зарядкой, а мои друзья просто ходят по торговому центру от Orange Julius¹⁰ до Auntie Anne's Pretzels¹¹. Мне было обидно, что чтобы стать такими же, как они, нужно жить по-другому.

Моя лучшая подруга Кейт была настоящей телесной загадкой. Всю жизнь она была очень, очень худой; на всех ее фотографиях, что я видела, с рождения до юности, она была стройной, даже костлявой. Мне представлялось, что, наверное, примерно так выглядела в детстве Гвинет Пэлтроу. А ела она вроде бы практически так же, как и я. Если мы проводили субботу вместе после того, как я в пятницу ночевала у нее, мы ели вот так: с утра мы садились за ее кухонный стол, и Кейт ставила на него две тарелки, две ложки, кувшин с 1 %-ным молоком и коробку хлопьев с миндалем. Уже того, что Кейт обожала готовые завтраки так же, как и я, и ела их каждое утро, было достаточно, чтобы я решила, что моя любовь к ним – это вполне нормально. Из этого я сделала вывод, что хлопьев для завтрака не нужно избегать, и то, что я их ем – тоже вполне нормально.

Но вот целая коробка готового завтрака на столе – это не то, чему нас учили в группе. Нам говорили, что мы должны уносить еду с кухни на стол и есть уже там. Если мы по-прежнему голодны, то можно пойти на кухню и принести себе еще одну порцию. Диетологи объясняли, что целая упаковка еды приводит к бездумному избыточному потреблению, что мы будем есть больше просто потому, что легко положить добавки. Мы с Кейт накладывали себе поровну хлопьев – примерно по полтора стакана. Потом наливали молоко, чтобы немного прикрывало их сверху. А потом ели, хрустя и болтая. Но я не замечала одного: Кейт останавливалась на

⁹ Сеть розничной торговли продуктами питания, прекрасный вариант для быстрого обеда.

¹⁰ Натуральные смузи.

¹¹ Вытечка.

одной тарелке. Она ела так медленно, что я уже наполняла вторую тарелку, когда она еще не съедала и половину первой.

Когда наступало обеденное время, мы уговаривали маму Кейт отвезти нас в тако Белл. Там Кейт заказывала два хрустящих тако «только с говядиной и сыром, пожалуйста», а я брала две больших говяжьих чалупы¹². Единственной разницей между нашими заказами, как видели мы обе, было то, что Кейт не нравилась сметана, острые соусы и мягкие тортильи. Я была совершенно уверена, что это просто дело вкуса. Мы обе заказывали по две штуки, но теперь я знаю, что каждое тако Кейт «ценилось» всего в 170 калорий, а мое – аж в 370.

Ближе к вечеру мы возвращались домой к Кейт и, устав делать коллажи с Леонардо Ди Каприо и пересматривать сериал «Реальный мир: Сиэтл», мы отправлялись к ней на кухню перекусить. У нее всегда было печенье Pepperidge Farm Milano, и за это я просто боготворила ее буфет. Кейт выкладывала из упаковки две штуки, клала их на салфетку и ела их так же медленно, как до этого завтрак. Я тоже вытаскивала себе два печенья, съедала, а потом видела, что у нее одно осталось, и доставала себе еще два.

Перед ужином приезжала мама и брала меня с Кейт в кинотеатр – это была традиция субботних вечеров. Почти всегда мы ужинали в пиццерии. Там Кейт заказывала детские порции куриных наггетсов и картошки фри, а мы с мамой – взрослые порции. Мы съедали все до последней крошки, мама расплачивалась, а потом мы шли в продуктовый магазин неподалеку от кинотеатра и покупали газировку и шоколадки в кино. Кейт брала шоколадный батончик, я тоже, прибавив к этому еще и «Кит Кат». Мы брали по литровой бутылке «Кока-Колы» из холодильника; под конец фильма бутылка Кейт оставалась почти полной. Должно быть, у нее такой маленький желудок, что она не может пить столько же, сколько я.

¹² Блюдо латиноамериканской кухни.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.