45 kilogramów. Nie więcej! To maksymalna granica! Przekroczenie jej świadczyłoby o całkowitym upadku. Porażce. Ona wie, że nie może się poddać. Nie może się wycofać. Nie teraz, gdy zaszła już tak daleko, gdy od wygranej dzieli ją jedynie kilka zbędnych kilogramów. Schudnie jeszcze trochę, zaledwie 4 centymetry w udach. I brzuch. No i te policzki. Wciąż pulchne! A zawsze marzyła o wystających kościach policzkowych, arystokratycznych rysach... Tak, na twarzy też musi wyszczupleć. Przecież lustro nie kłamie! Ale później będzie już piękna, prawda? Jeszcze 3 kilogramy, no może 5. I w końcu będzie mogła na siebie spojrzeć. W końcu będzie piękna.

Budzi się o 5.40. Nie potrafi spać dłużej, bo wtedy głód staje się już nie do zniesienia. Od razu robi sobie śniadanie. Kasza manna na mleku z sokiem. 330 kalorii. Je powoli, delektując się. Następnie zmywa naczynia i zaczyna wybierać jedzenie, które weźmie do szkoły. To skomplikowany proces. Już teraz musi ustalić, co zje w ciągu całego dnia.

Na drugie śniadanie może być serek wiejski lekki i małe jabłko. To już dodatkowe 150 kcal. Następnie prawdziwa rozpusta - serek homogenizowany, oczywiście light, ale z musli. Kolejne 200 kcal. Całość to już 680 kcal, a nie policzyła jeszcze obiadu i kolacji. Lepiej więc zastąpić serek ciemną bułką. Jest mała, więc ma tylko jakieś 100 kcal. Teraz wszystko powinno się zgadzać. Zostanie jej jeszcze 400 kcal, a jeśli się postara, to ograniczy całość do 860 kcal. Wystarczy, że na obiad ugotuje pół piersi z kurczaka i dwa małe ziemniaczki– 150 kcal, a na kolację kisiel i marchewkę – 130 kcal. Tak. To powinno wystarczyć.

Do szkoły jedzie rowerem. W końcu każda okazja jest dobra, by spalić trochę tłuszczu. Po drodze myśli o jedzeniu. I o tym, że chciałaby żyć inaczej. Tak jak inni. Ale wie, że to niemożliwe, że nie jest taka, jak oni. Zastanawia się, czy kiedykolwiek będzie mogła jeszcze normalnie funkcjonować. Czy będzie mogła zjeść kawałek czekolady bez poczucia upadku, porażki? Bez przekonania, że zdradziła samą siebie? Ma nadzieję, że tak, choć wydaje się to nierealne.

Sama z tego nie wyjdzie. Wie, że jest chora, że potrzebuje pomocy. Ale nie potrafi nic z tym zrobić. Za bardzo się boi. Boi się, że nie zostanie zaakceptowana przez innych, że przytyje... Odrzuca od siebie te myśli. Są zbyt okropne.

Czas na zajęciach płynie powoli, rozciąga się w nieskończoność niczym ser na ociekającej tłuszczem pizzy. Oczekuje z niecierpliwością czasu kolejnych posiłków. To wokół nich kręci się cały jej dzień. Pięć posiłków. Każdy co 3 godziny. I dużo wody. Przynajmniej teoretycznie, bo tak naprawdę wcale nie chce jej się pić.

Po lekcjach od razu wraca do domu, by zdążyć na obiad o 15. Gdyby zjadła go o 16, musiałaby zrezygnować z kolacji.

Rodzice spoglądają na nią niepewnie, z niepokojem, ale nie zabraniają jej się odchudzać. Ma przecież 16 lat, jest w drugiej klasie liceum i całkiem dobrze się uczy. Wie, co robi.

Pewnie sądzą, że to przejściowe, normalne u nastolatek. W końcu każdy ma jakieś kompleksy, prawda? Więc nie ma się czym niepokoić. To minie.

Następnie zabiera się za naukę. Woli zrobić zadanie wcześniej, by nie ryzykować, że zabraknie jej na coś czasu. Nie może dostawać złych ocen. Przecież nie chce zawieść rodziców.

Kiedyś nie przejmowała się tak bardzo ocenami. Utrzymywała się na średnim poziomie i to musiało wystarczyć. Ale teraz wszystko się zmieniło. Jest w liceum. Musi zajść wysoko, być kimś!

O 17.40 je kolację. Ciągle jest głodna, ale to nic. Właściwie już się do tego przyzwyczaiła. O 18 - tej zaczyna ćwiczyć. Najpierw 200 brzuszków. Świeca. Rowerek. Następnie 20 przysiadów, skręty i skłony. Później rozciąganie. I jeszcze kilka ćwiczeń, których nie potrafi nawet nazwać.

Czuje się zmęczona, ale i dumna. Trochę kręci jej się w głowie. Nic nie szkodzi. Zawsze może zjeść jeszcze marchewkę. To tylko 25 kcal.

Wieczorem idzie pod prysznic. Ogląda film albo serial, w którym piękni i bogaci ludzie wiodą idealne życie. W sam raz, by się zdołować. Przed zaśnięciem rozmyśla jeszcze o wydarzeniach tego dnia. Czuje się dumna z tego, że nie zjadła nic więcej niż ustaliła na początku. Czasami jej się to nie udaje.

Czasami jednak nie wytrzymuje i zjada jakieś ciastko. I batonika. Następnie wszystko co słodkie i pyszne. To, czego codziennie musi się wyrzekać. A później wymiotuje. Na szczęście nie zdarza się to już tak często jak kiedyś.

Jeszcze cztery miesiące temu robiła to po kilka razy dziennie. Teraz rzyga tylko raz na dwa, trzy tygodnie. To niewiele. Czasami chciałaby do tego wrócić. Mogłaby jeść co chce, a później, po prostu to zwrócić. Nachylić się nad muszlą i wepchać palec do gardła. Niby nic trudnego, ale psychicznie wykańcza.

Kolejna strona w internecie poświęcona odchudzaniu. Podobno dzienne zapotrzebowanie na kalorie u szesnastoletnich kobiet wynosi ok. 2700 kcal. Jasne. Zapomnieli dopisać: ,,dla każdego, kto chce wyglądać jak wieloryb". Żałosne.

Jej wystarczy do 1000 kcal dziennie – co, według dietetyka mgr Małgorzaty Knych z centrum dietetycznego NATURHOUSE w Rzeszowie, prowadzi do osłabienia organizmu, kłopotów z koncentracją oraz rozdrażnienia. Skutkami złego odżywiania może też być niedobór składników odżywczych i mineralnych, a także rozregulowanie metabolizmu.

Ale dla niej to i tak za dużo. Powinna ograniczyć jedzenie. Zdecydowanie. Nie chce przecież znowu przytyć. Wskaźnik BMI pokazuje 16,5. Norma, to 18,4. Ale kto by się tym przejmował! Właściwie na czym oparte są te obliczenia? Na kanonie urody sprzed 30 lat?! Idiotyzm. Przez ten czas wiele się zmieniło. Ona dąży do BMI wynoszącego 15. Wymarzony ideał. Tak jak u tych boskich modelek o zgrabnych, długich nogach.

Tak bardzo chciałaby być piękna. Wtedy byłaby wreszcie sobą. Ale urodziła się brzydka, więc jedyne, co jej pozostało, to schudnąć. Unika innych ludzi. Oni wciąż tylko jedzą, manifestując to, jacy są świetni. Bez kompleksów. Bez skrupułów. Bez jakichkolwiek wyrzutów sumienia potrafią pochłonąć drożdżówkę, czy czekoladowego batona! Dla niej to nie do pomyślenia.

Właściwie sprawia jej to ogromny ból. Tak bardzo im zazdrości. Chciałaby być jedną z nich. Ale nie może. Coś ją zmieniło, choć sama nawet nie wie co. Nie potrafi żyć tak, jak oni. Dlatego stara się jak najrzadziej wychodzić z domu. By nie cierpieć. Nie aż tak bardzo.

Czasami zastanawia się, jak to możliwe, że inni ludzie nie mają takich kompleksów, że akceptują swoje niedoskonałości. Dla niej wydaje się to nieosiągalne. Właściwie, dlaczego miałaby pokochać siebie, skoro nikt inny nie chce tego zrobić?

Tak bardzo chciałaby mieć kogoś, kto powiedziałby jej, że dla niego jest piękna, idealna i że tylko to się liczy.

Marzy o tym, że pojawi się ktoś, kto odmieni jej życie. Że odnajdzie ją książę z bajki, by już zawsze mogła być szczęśliwa.

Czy książę zdąży ją odnaleźć...?