

Inhoud

Proloog: Rachel	
<i>'Iemand die beter is dan ik'</i>	9
Ray	
<i>'Ben ik dit echt? Ben ik dit niet? Wat ben ik?'</i>	35
Bapu	
<i>'Is dit probleem de uitdaging die me moet leren me totaal over te geven?'</i>	75
Naomi	
<i>'Je luistert niet naar me'</i>	125
Laura	
<i>'Hij kon mijn gedachten lezen, alsof ik niets hoefde uit te leggen'</i>	185
Epiloog: Hava	
<i>'Een vreemde voor mezelf'</i>	229
Dankwoord	249
Noten	251

Proloog: Rachel

‘Iemand die beter is dan ik’

In mijn eerste weken op de basisschool werd Elizabeth mijn vriendin. Zij was de oudste van onze klas, maar ze was klein, met dunne, knokige ledematen. We kregen een band door het spel mankala, waarbij we knikers lieten vallen in veertien ondiepe gaten van een houten bord. Ik meed andere klasgenoten, zodat ik klaarstond als Elizabeth me vroeg om te spelen. Dat deed ze ook altijd. Ik had het gevoel dat ik onze vriendschap tot stand had gebracht doordat ik die wilde.

Ik vroeg mijn moeder waarom het huis van Elizabeth, in Bloomfield Hills, een rijke buitenwijk van Detroit, heel anders rook dan het onze, en was teleurgesteld dat haar antwoord – wasmiddel – zo gewoontjes aandeed. Haar huis was zo groot dat ik zeker wist dat ze erin verdwaalde. Ze had een geel hemelbed, een inloopkast, een zwembad. Ze liet me zien dat als ze haar blonde haar borstelde het nog lichter werd. Bij haar thuis hadden ze een koelkast in het souterrain die uitsluitend gevuld was met frisdrank, en op een dag stelde Elizabeth voor dat we cola aan onze knieën zouden voeren. We probeerden het experiment uit in de auto van haar oppas en lachten toen de cola over de zittingen droop. We vonden het eigenlijk gek dat je maar op één manier kon drinken.

Thuis deed ik soms alsof ik Elizabeth was. Ik liep kamers binnen en stelde me voor dat ik niet wist waar ze heen leidden. Het leek een kwestie van toeval, een beetje pech, dat ik was geboren als mij en niet als Elizabeth. Ik herinner me dat ik verdwaasd wakker werd na een droom: ik had de kans gekregen om Elizabeth te worden als ik de juiste plek in de schoolbus koos. Helemaal overdonderd door deze kans liep ik dertien

rijen langs en koos de verkeerde zitplaats.

Ik was net zes geworden, en de grenzen tussen mensen voelden poreus aan. Tijdens de muziekles kreeg ik een plaats toegewezen tussen twee jongens. Aan de ene kant zat Sloan, de langste jongen van onze klas, bij wie voortdurend groenig snot uit zijn neus kwam. Aan de andere kant zat Brent, een mollige jongen die zo zwaar ademde dat ik zo nu en dan keek of hij in slaap was gevallen. Ik was bang dat hun lichamelijke eigenschappen besmettelijk waren. Om mezelf te beschermen probeerde ik steeds midden op mijn stoel te zitten, zo ver mogelijk van beide jongens vandaan. Als ik iets dichterbij Sloan schoof, kreeg ik het gevoel dat ik te lang was geworden. Als ik iets dichterbij Brent kwam, werd ik dik. Mijn oudere zus Sari en ik hadden een nieuwsuitzending gezien over een zwaarlijvige man die in bed een hartaanval had gekregen en vervolgens met een grote kraan uit zijn appartement moest worden getild. We probeerden ons de logistiek voor te stellen: moesten ze de muren neerhalen? Hoe maakten ze de man aan de machine vast? Ik besloot dat als ik iets uit het midden raakte, ik het best kon afwijken naar de kant van Sloan.

Tijdens de lunch moest iedereen in mijn klas minstens een ‘muizenhapje’ nemen van elk soort eten – één noedel, één erwt. Vele jaren later vertelde juf Calfin, destijds mijn onderwijzeres in de eerste klas: ‘Je zat daar maar peinzend naar je muizenhapjes te kijken, en dan zei ik: “Kom op! We hebben maar twintig minuten! Ga door!” Maar het ging langzaam.’ Na de eerste twee weken vroeg ik toestemming om na de lunch naar het toilet te gaan. ‘Moet je naar de wc?’ vroeg juf Calfin. Kennelijk heb ik toen geantwoord dat ik alleen maar in de spiegel wilde kijken.

Een paar dagen later weigerde ik de door juf Calfin op mijn bord gelegde muizenhapjes nog aan te raken. Ze vroeg of ik in plaats daarvan naar de saladebar wilde, waar ik weleens een crouton kreeg. Ik probeerde mijn grijs te verbergen toen ik

nee zei. Ze keek me aandachtig aan; haar gezichtsuitdrukking kon ik niet goed kon plaatsen – het leek een frons en een glimlach tegelijk. Ik voelde dat ze nadacht over wie ik was, en ik genoot van haar aandacht. Ik hield van haar en vreesde dat dit niet wederkerig was. Ik dacht dat ze de voorkeur gaf aan de gemakkelijke kinderen met moeders die vrijwilligerswerk op school deden.

De volgende twee dagen weigerde ik meestal te eten of te drinken. Ik herinner me niet waarom, alleen de reacties van de volwassenen en mijn vage gevoel van trots. Ik voelde me zoals op de Grote Verzoendag, Jom Kippoer, die we de week ervoor hadden gevierd. Het was de eerste keer dat ik me realiseerde dat het mogelijk was om nee te zeggen tegen eten. Het besluit had de religieuze kracht van die feestdag en droeg een aura van martelaarschap.

Ik ging drie keer per week naar de Hebreeuwse school en fantaseerde dat ik onzichtbare communicatiekanalen met God had. Verscheidene keren per dag bad ik voor mijn familie dat we gezond zouden blijven tot we ‘zevenentachtig jaar of ouder’ waren, waarbij ik ‘mam en ik’ enkele keren herhaalde omdat ons voortleven het belangrijkste leek. Ik herinner me dat ik over de kiezels in de achtertuin van mijn vaders vriendin liep en bedacht dat elke stap door God was voorbestemd. Wat ik deed, lag buiten mijn macht. Maar de openbaring werd overschaduwde door mijn bewustzijn van mezelf; ik dacht dat ik misschien mijn eigen Mozes-moment van de brandende struik zou beleven. De inhoud van de openbaring was ondergeschikt aan mijn verlangen me te onderscheiden als iemand die in staat was een openbaring te ervaren.

Op 30 september 1988 vertelde ik mijn moeder dat ik zo duizelig was dat ik het gevoel had dat ik tegen een muur zou botsen. Ik had al drie dagen nauwelijks gegeten. Ze ging met me naar de kinderarts. Mijn moeder vertelde later: ‘Ik dacht: nou ja, ze geven je wat vocht en dan neem ik je weer mee naar

huis.’ Ze beschreef me als een uitbundige en malle zesjarige. Maar mijn vaders vriendin Linda, die mijn stiefmoeder werd, herinnerde zich dat ik bij haar het meest trieste kind was dat ze ooit had gekend. Als ze activiteiten voorstelde waarvan ze dacht dat ik die leuk zou vinden, antwoordde ik vaak met hetzelfde zinnetje: ‘Wat is daar zo leuk aan?’ Linda merkte op dat ik een ongewoon vermogen had om volkomen stil te zitten terwijl ik hilde zonder geluid te maken, vaak aan de keukentafel. Mijn vader zei dan dat ik moest eten, en ik weigerde dat, soms meer dan een uur lang, totdat hij het opgaf en me naar school bracht.

De dokter constateerde dat ik de afgelopen maand twee kilo was afgevallen. Tot voor kort had ik normale voeding gehad, schreef hij, ‘voornamelijk bestaande uit pizza, kip, cornflakes’. Hij omschreef mijn ‘huidige prestaties’ als ‘rennen, springen, rijden op een tweewieler’. Bij ‘persoonlijk/sociaal’ noteerde hij dat ik me verveelde. Hij adviseerde mijn moeder met me naar het kinderziekenhuis in Detroit te gaan, waar ik werd opgenomen wegens ‘niet eten’. Een psychiater daar beschreef me als een ‘goed ontwikkeld maar zeer mager vrouwelijk persoon zonder acute medische mankementen’.

Na een gesprek met mijn moeder en mijn vader, die een jaar eerder waren gescheiden en nog steeds ruzie over de voogdij hadden, schreef een arts van het ziekenhuis: ‘Haar moeder verklaart dat haar vader de draak steekt met zwaarlijvige mensen, en de vader heeft niet tegen deze uitspraak geprotesteerd.’ Mijn vader daarentegen stelde dat mijn probleem ontstond bij mijn moeder, die zich ‘veel te zorgelijk met voedsel bezighield’. Ze sloeg zoveel volkorenbroden in dat als we de deur van de vriezer openden, de broden die op boerenmarkten in Detroit waren gekocht er soms uit vielen. Maar ze had een relatief normale, zij het enigszins bevlogen, relatie met voedsel. Zoals veel vrouwen van haar leeftijd probeerde ze af en toe op dieet te gaan, waarna ze dan weer geleidelijk in het oude patroon verviel.

De week voor mijn ziekenhuisopname hield mijn moeder

een logboek voor me bij – ik kon nog niet schrijven, en dus schreef zij het op terwijl ik vertelde – maar ik gaf geen details over mijn gemoedstoestand, alleen een chronologisch verslag van mijn dag, afgewisseld met vragen als: ‘Waar komt de diarree uit bij een slang?’ of: ‘Waarom hebben mensen geen staart?’ Mijn moeder, die het onlangs had uitgemaakt met haar vriend, hield zelf ook een logboek bij. Die week legde ze een droom vast – ze documenteerde steevast haar dromen – waarin ze een tuinman vroeg ons huis steen voor steen af te breken. ‘Het enige wat overblijft, is modder en de omtrek van het huis in cement,’ schreef ze.

Op mijn eerste avond in het ziekenhuis bracht een verpleegkundige me een dienblad met eten, dat ik weigerde. Mijn moeder had honger, en dus at zij het maar op. ‘Ze werden erg boos op me,’ vertelde ze me. ‘Ik moest geen verwarring scheppen over wat ik at en wat jij at.’ De volgende dag gaven de verpleegkundigen me een infuus, omdat ik uitgedroogd was.

Mijn medische dossiers geven geen samenhangend beeld van de oorzaken waarom ik niet at of dronk. Een psycholoog schreef: ‘Haar symptomen zijn duidelijk een uiting van de pathologie in de relatie tussen haar vader en moeder.’ Een ander merkte op: ‘Rachel probeert in zichzelf te kijken om haar intense gevoelens met betrekking tot haar buitenwereld te begrijpen en op te lossen,’ maar ze worstelt met een ‘overgecompliceerd denkproces’, wat leidt tot ‘zelfkritiek’ (ofwel: ik ben natuurlijk het probleem). Die beschrijving kon eigenlijk voor iedereen gelden, maar de artsen concludeerden dat ik ‘aan een atypische anorexia nervosa’ leed.

Anorexia is vaak omschreven als een ‘leesstoornis’ die voortkomt uit het kritiekloos consumeren van teksten die slankheid presenteren als het ideaal van vrouwelijkheid.¹ Ik begon nog maar net met leren lezen. Ik had nog nooit van anorexia gehoord. Toen mijn moeder me vertelde wat de diagnose was, klonk het me in de oren als een term die naar een dinosaurus

verwees. De Japanse geleerde Takayo Mukai, die zelf anorexia had gehad, beschrijft een soortgelijk gevoel van desoriëntatie toen ze in de jaren tachtig op de term stuitte, nog voordat anorexia in Japan bij het grote publiek bekend was: ‘Het acht-letterwoord was gewoon een lege envelop, ongefrankeerd en ongeadresseerd.’²

Mijn vader en Linda gingen naar de bibliotheek in onze buurt en lazen het enige boek dat ze over dit onderwerp konden vinden: *Als een mus in een gouden kooi* van Hilde Bruch. Bruch was een psychoanalytica die bekendstond als ‘Lady Anorexia’.³ Ze begon over anorexia te schrijven in de jaren zestig, toen de ziekte nog vrij onbekend was. Bruch veronderstelde dat ‘nieuwigheid’ een essentieel onderdeel was van de ziekte, die ze beschreef als een ‘blinde zoektocht naar een gevoel van identiteit en individualiteit’.⁴ Haar voorspelling (onjuist, naar zou blijken) was dat de verspreiding van de ziekte waarschijnlijk zou afnemen zodra het aantal meisjes dat anorexia kreeg een kritische grens bereikte, omdat het dan niet langer speciaal zou voelen. ‘De ziekte werd vroeger gezien als een manier waarop een geïsoleerd meisje meende haar eigen weg naar verlossing te kunnen vinden,’ schreef ze. ‘Ieder meisje vond in zekere zin deze verdwaasde weg naar onafhankelijkheid opnieuw uit.’⁵

Mijn moeder las ook over de ziekte. Destijds was het psychoanalytische perspectief dominant en zij trok zich de algemene boodschap aan: het was de schuld van de moeder. ‘Ik heb alle pijn... en de oorspronkelijke wond veroorzaakt,’ schreef ze in een spiraalgebonden dagboek dat ze vaak in haar tasje bij zich had. Ze zette dit besef om in een aanklacht tegen haar eigen karakter. ‘Ik moet bekennen dat ik een neiging heb om gemeen te zijn en te kwetsen,’ schreef ze. ‘Wat ik mijn kinderen soms aandoe, is gemeen... ook al denk ik dat ik erg mijn best doe hen te beschermen.’ Mijn zus en ik herinneren ons niet dat ze iets deed wat ook maar in de buurt kwam van iets gemeens, maar zij geloofde wat deze boeken haar over zichzelf vertelden.

In aantekeningen voor een gesprek met mijn artsen herinnerde ze zichzelf eraan ‘nederig’ te zijn en niet te ‘beweren iets te begrijpen van wat er gebeurt’.

Het woord ‘anorexia’ voelde zo heftig dat ik bang was het uit te spreken. Ik leerde letters uit te spreken, en woorden voelden als tastbare dingen die van zichzelf een bepaalde kracht hadden. Ik wilde het eten niet bij naam noemen, omdat het uitspreken van de woorden aanvoelde als het equivalent van het eten zelf. Een psycholoog schreef: ‘Als zulke termen in haar aanwezigheid werden gebruikt, bedekte ze haar oren.’ Ik wilde niet ‘buik’ zeggen, omdat ik daardoor aan eten dacht. En ik was ontdaan toen een van de verpleegkundigen uit frustratie over mijn koppigheid zei dat ik een ‘taaie’ was. Mijn moeder had meer oog voor mijn angsten, en toen ik vroeg naar de aandoening van mijn kamergenoot in het ziekenhuis, een meisje met diabetes, vermeed mijn moeder het woord ‘suiker’. Ze legde uit: ‘Het is zo’n beetje het tegenovergestelde van wat jij hebt.’

Ik kreeg een psycholoog toegewezen, Thomas Koepke, een bescheiden jonge man met een zachte stem en een zorgzame houding. Ik beantwoordde zijn vragen met zo min mogelijk woorden. Ik had een vage angst dat mijn gedachten, zelfs als ik bleef zwijgen, werden opgeschreven en afgedrukt vanuit mijn achterhoofd, als bladzijden die uit een printer kwamen. Een andere psycholoog schreef in zijn evaluatie, waarover ik nu gezien mijn beroep enige gêne voel: ‘Rachel gedroeg zich zo omdat ze zich heel bewust leek te zijn van haar vermogen om het interview te domineren.’

Koepke vertelde mijn ouders dat de artsen in zijn team nog nooit hadden gehoord van een kind van zes jaar bij wie anorexia was vastgesteld. Toch verplaatsten ze me van de kamer die ik deelde met het meisje met diabetes naar de vierde verdieping van het ziekenhuis, die voor zover ik kon overzien was ingedeeld naar ras. Aan het eind van de gang zaten zwarte kinderen met sikkelcelanemie. In het midden, waar ik werd geplaatst, zat

een groepje witte meisjes, allemaal ouder dan ik. Door ondervoeding waren bij sommigen het gezicht en de armen overdekt met een laagje lanugo, het zachte donsachtige haar dat de huid van pasgeborenen bedekt. Elke ochtend werden we in onze ziekenhuisjas gewogen, met onze rug naar de weegschaal zelf.

De meisjes spraken vaak over hun ‘privileges’. Als we één maaltijd opaten, die op een dienblad aan ons bed werd bezorgd, en de verpleegkundigen geen grote kruimels op onze schoot vonden, mochten we onze ouders bellen. Als we twee maaltijden op een dag opaten, mochten onze ouders naar het ziekenhuis komen voor een bezoek van een uur. Maar de consequenties van niet eten waren ingrijpend: als we twee maaltijden oversloegen, moesten we in bed blijven. Als we naar de wc wilden, moesten we dat melden aan een verpleegkundige, die onze ‘output’ registreerde. ’s Nachts moesten we de slaapkamerdeur openhouden. We verloren onze vrijheid om televisie te kijken of naar de speelzaal te gaan waar kinderen met een andere ziekte speelden. Boven elke maaltijd hing de dreiging van sondevoeding – de straf voor te veel gewichtsverlies. Ik wist niet dat er dan een slangetje in het neusgat werd ingebracht. Ik stelde me een enorme slang voor, als een overdekte glijbaan, waar ik in zou leven.

Op de anorexia-afdeling kreeg ik een nieuwe kamergenoot, Carrie, een meisje van twaalf jaar met stroblond haar. Ik vroeg haar zo vaak: ‘Vind je me raar?’ dat ze uiteindelijk zei: ‘Als je me dat nog één keer vraagt, zeg ik ja.’ Ze kende alle verpleegkundigen op onze verdieping en was bevriend met andere patiënten. Ik zag haar en haar vriendin Hava, die op de kamer naast ons zat, als mentors. Hava was ook twaalf jaar en was mooi, met scherpe gelaatstrekken en lang bruin haar dat ze niet borstelde. Er was iets ruigs en wilds aan haar dat me deed denken aan de heldinnen uit boeken over de eerste Amerikaanse kolonisten. Ze hield een gedetailleerd dagboek bij van haar verblijf in

het ziekenhuis, dat ze lardeerde met de therapeutische termen waarmee ze zichzelf leerde begrijpen. Ze was een vroegrijpe observator van haar omgeving en schreef nogal geagiteerd nadat ze mij voor het eerst had ontmoet: 'Mijn god, het meisje is pas zes. Kijk nou toch!' Ze ging verder: 'Ze moet een volwassene leren vertrouwen en haar kinderlijke gedrag loslaten dat ergens in dat strakke, stijve lichaam verborgen zit. Ik wed dat ze alleen maar wacht totdat iemand haar de hand reikt waaraan ze zich kan vastklampen!'⁶

Hava kan eveneens een overmatige invloed hebben ondergaan van de sfeer van Jom Kippoer. Ze ging naar een Joodse dagschool en was doodsbang, schreef ze in haar dagboek, dat ze niet 'in het boek des levens zou worden opgeschreven', het register waarin God de namen bewaart van hen die het verdienen nog een jaar te leven. Ze verweet zichzelf 'geen staat van heilige perfectie te hebben bereikt'.

Er waren nog meer overeenkomsten tussen ons: Hava's ouders waren ook verwickeld in een langdurige en vijandige echtscheiding, en zij maakten ook grapjes over hun zwaarlijvige vrienden. Ze 'staken altijd de draak met de Ornsteins en noemden hen de Oinksteins', schreef ze. Ze had ook een vriendin als Elizabeth: een meisje dat ze niet alleen bewonderde, maar dat ze ook wilde worden. Als ze bij haar vriendin thuis speelde, schreef ze in haar dagboek, stelde ze zich graag voor dat ze daar woonde en nooit meer naar huis zou gaan. Haar handschrift leek zo sterk op het mijne dat ik bij het lezen van bepaalde passages uit haar dagboek even in de war raakte en meende mijn eigen woorden te lezen.

Toen ik Hava leerde kennen, verbleef ze al bijna vijf maanden in het ziekenhuis. Haar moeder Gail ging langs bij Hava's schoolklas en probeerde Hava's langdurige afwezigheid te verklaren. 'Hoewel Hava erg dun is,' vertelde ze haar klasgenoten van de zesde klas, 'denkt ze dat ze erg dik is.'

Hava, die tweeëndertig kilo woog, leek er nog niet uit te