

I våre dager kan alle jenter se pene ut hvis de vil.
Ingen behøver å være stygg lenger. Det finnes nok av hjelpemidler.
kvinne 67

Det meste attraktivt hos en kvinne er hennes glede over sin egen kropp.
Kvinner som er misfornøyd med seg selv er vanskelig å elske.

mann 25



I wish I was

Introduksjon

I min hverdag møter jeg en verden jeg opplever som fremmed. Jeg ser at ansiktene ligner mer og mer på hverandre. Jeg ser på en TV-skjerm der de fleste er pene, bruker samme type sminke, samme sjampo og samme type smør. På gata ser jeg unge, vakre mennesker i alle fasonger. Det hender jeg ser noen av dem gå til grunne i sitt forsøk på oppfylle kravene de har satt til seg selv.

Til denne boken har jeg samlet inn historier basert på forhold til ens egen kropp, utseende og selvet. Ambisjonen med boka er å invitere leseren inn i andres opplevelser av seg selv i forhold til verden. Kanskje føler vi oss mindre alene når vi leser andres historier? Kanskje blir vi klokere og viser mer hensyn når vi gir andre gode råd eller komplementer? Er det mulig for meg å bli mer interessert i andre uten å være fordomsfull?

Ved å gi ut enkelte av mine tanker og opplevelser inviterer jeg leseren til en diskusjon om hvem vi er og hva vi blir. Det som naturlig er der og det vi har lyst til å forandre for å vekke andres interesse eller oppnå aksept. Er vi på jakt etter mer kjærlighet, fra hvem? Hvor mye er det forsvarlig å forandre på ens eget utseende? Hvem lager reglene? Hvem passer på at de blir fulgt?

Inspirasjonskilde

I fjor sommer bodde jeg på et sted som hadde andre TV-kanaler enn de vi har hjemme. Mens jeg gikk tur og utforsket området, satt de tre jentene mine på 13, 13 og 15, og fulgte med flere programmer på TV som handlet om ekstrem forvandling. En dag satte jeg meg sammen med dem og fulgte med. Dette gjorde jeg flere ganger... Tanken slo meg "hva om vi ble mer eller mindre til kloner om noen år? Ville noen da sette pris på avviket, ettersom alle så like pene ut?"

Senere på sommeren satt jeg på en buss full av ungdommer på veien inn til Venezia. Foran oss i bussen satt en flott ung mann. Inn i bussen kom en ung jente som satte seg ved siden av ham. Jeg tenkte på meg en gang for nesten tjue år siden. Passe på å komme i samtale med den gutten vi har så lyst til å bli bedre kjent med. Håret hennes var mørkt som natten, og øynene var sigøynerske grønne. Sånne som jeg alltid ønsket meg. Under den minimalistiske toppen og den lav-i-livet buksa, kunne en se at hun ikke bare var slank, men også veldreid. De kom i en forsiktig prat om små ting. Halvveis inn til byen hadde hun holdt et lite foredrag om hva hun kunne spise og ikke kunne spise. Hun kunne spise kylling i hvert fall, men ikke de andre dyrene. Det hørtes ut som en blanding av idealisme og hva eldre kvinner spiser for å holde seg slanke. Gutten ga noen lyder fra seg i form av undring og kjedsomhet. Jenta var så langt inne i sin egen diettverden, at hun hadde glemt hvorfor hun satte seg ved siden av ham, tenkte jeg. Jeg tenkte også at hvis jeg hadde vært gutten, hadde jeg funnet på en unnskyldning for å komme meg bort fra henne så fort jeg var ute av bussen.

Da jeg var ung

Jeg er vokst opp med et bilde av hva som var pent og ikke pent. Hvem som var pen og hvem som var tøff. Gutter skulle ikke være pene. Gutter skulle være arbeidsomme, forsørge familien og være tøffe for andre gutter. Gutter skulle ikke være jålete, men kjekke, sterke og modige. Jenter skulle være pene og eller vakre, søte og huslige. De skulle føde barn, lage mat og holde rent i huset.

Den gangen jeg var barn, var en jente pen hvis hun hadde dukkeøyne, liten munn, rosa kinn og smalt fjes. Hun skulle også ha akkurat passe store bryster, liten midje og frodig bakende. Neglelakk og sminke ble betraktet som juks og for enkelte var det bare horer som brukte det. Guttene var kjekke når de var høye (høyere enn jenter), hadde hår på bryst og legger, helst grønne øyne med mørke krøller og ikke feite.

En jentes største formål i livet var å gjøre en mann så hodestups forelsket i henne at han ville gifte seg og lage barn med henne. Jenter med store munner var stygge. Jenter som var for smarte ble ikke gift. De ble tanter og som regel lærere. En gutts største formål i livet var å få en jobb hvor han tjente masse penger, ligge med så mange jenter som mulig, bygge seg hus, gifte seg med en jomfru, og få et helt fotballag av sønner.

Da jeg var ungdom observerte jeg min mor, mine naboer, mine klassevenninner. Jeg bestemte meg for at jeg ikke ville leve som dem. Jeg begynte å gjøre alle de tingene jenter ikke skulle gjøre hvis de skulle bli gift. Jeg bestemte meg da, at lykken min ikke skulle være avhengig av om jeg ble gift eller ikke, om jeg møtte drømmeprinsen eller ikke. Jeg begynte å røyke. Jeg gikk kledd som en mann. Klærne mine var ofte krøllete og av og til skitne. Jeg foraktet alt som hadde med kvinner å gjøre. Jeg ville bryte meg løs fra noe jeg opplevde som et fengsel for livstid.

I mine drømmer om fremtiden så jeg meg selv boende alene, i en leilighet nesten uten møbler, hvite vegger, og store grønne planter. I mine drømmer gikk jeg langs gaten med en stresskoffert og satt på kafe med en røyk mellom fingrene. Jeg så ganske stilig ut, meget uavhengig og veldig "important".

Bli tynnere. Bli tynn. Bli tynnest.

For det første synes jeg det er flaut å si at jeg er på en slankekur. Av en eller annen grunn føler jeg meg mindre intelligent og ustyrlig grådig. Å holde seg slank i dag er mer en utholdenhetsprøve enn noe annet. Selvdisciplin, selvdisciplin og enda mer selvdisciplin. Mine forfedre var slanke/tynne, og folk i Afrika er magre. De hadde/har ikke noe valg. De trenger ikke å si til seg selv: ikke kaker, ikke potetgull, ikke poteter, brød eller noe med stivelse i, ifølge Dr. Lindeberg. Ikke alkohol for det er det mye sukker i, ikke røyk. For selv om du kan bli slank av det, kan du også få kreft eller åreknuter. Ikke. Ikke. Ikke! Mine forfedre hadde ikke noe problem med å være sunne. Mine forfedre gikk til jobben. Mine forfedre spiste brød bare på søndager. Mine forfedre kunne ha boltret i seg så mye usunt de ville, men det fikk de ikke tak i.

Jeg må komme med gode unnskyldninger hvis jeg sykler til jobben i kulde eller regnvær. Jeg må si at jeg trenger å bli våken før jobben. Jeg må ikke bli for tynn, for da får andre problemer med hvordan de ser ut. Jeg må ikke bli for feit, for da er det ingen som elsker meg.

Forrige jul var jeg hjemme på besøk, sammen med broren min som også bor i Norge nå. Han traff min ungdomskolevenninne: "Så tynn du er!" sa broren min. "Jeg blir lei meg når noen sier det til meg", sa min venninne. "Jeg mente det som et komplement", sa broren min. Min venninne er ikke tynn. Hun har smal benbygning og det hun har på seg passer. Min bror er litt ute av trening, og sa til henne det norske jenter liker å høre. Men det portugisiske jenter liker å høre er mer sånn; "Du ser så deilig ut!", og da har det ikke mye med tynn å gjøre, men heller med en godt proporsjonert kropp.

En gang for mange år siden sa min eldste søster til meg: "Kvinner de kler seg, sminker seg og tar seg godt ut for å vise det til hverandre, slik at de kan misunnes av andre kvinner." Jeg som var 14 år gammel da spurte: "Hva? Er det ikke for å få seg kjæreste de gjør det?", "Nei", sa hun, "menn vet ikke mye om moter og slike ting. De vil gjerne ha underdanige og trofaste damer som kan gi dem barn og lage dem god mat. Moter koster bare penger menn ikke vil damene skal bruke". Jeg lurte på om noe av dette fremdeles stemmer. Det jeg observerer er at det er ett fett om vi slanker bort fem kilo, eller legger på oss fem kilo. Som min brasilianske venninne sier; "...det merker han ikke engang. Det er jeg som ikke vil ha den ekstra vekten" - og som enkelte menn sier... "det er mer å ta i!".

Til jul i år laget kjæresten min pinnekjøtt og jeg laget kalkun. Det yngste barnet klaget til alle vi snakket med at jeg laget kalkun fordi ribbe var for fett. Og kanskje hun hadde rett. Kanskje jeg ikke har lyst til å bruke to måneder på å slanke bort det jeg la på meg på ti dager. Hun er tynn som en spaghetti, så hun kan spise så mye ribbe hun vil. Men ikke hos meg. Og om mange år fra nå får vi se hva hun serverer meg til jul.

Jeg kjenner ikke noen som vil være feite. Men nesten alle jeg møter vil være syltynne. Jeg vil gjerne høre "oh så tynn du er blitt". Men alle de gangene som jeg ble kjempetynn, om det var av sorg eller en eller annen diett, var jeg ikke glad. Jeg kunne se på kroppen min og være fornøyd. Men jeg kjente ingen glede i kroppen. Og hver gang jeg bestemmer meg for å spise bare salater, og ingen søte, fete ting, blir jeg skikkelig bich. Ungene holder ikke ut med meg. Ikke jeg heller. Det ser ut som om folk som har litt ekstra på seg virker mer blide. Jeg minnes dem alltid spøkende eller glade. Kan det være sånn at man mangler viktige stoffer i hjernen når mann er tynn? Kanskje det er derfor noen sier at sjokolade er et afrodisium?

Det er som regel den tilbakemelding jeg får utenfra som gjør at jeg er mer eller mindre fornøyd. Noen ganger er det bedre å være litt usynlig. Da får jeg være mer i fred, og kanskje mer fornøyd. Det er meg selv som skal akseptere meg slik jeg er, men allikevel ender jeg ofte på jakt etter aksept fra andre steder. En slags godkjenning på at jeg er bra nok. Det er egentlig det jeg trenger mest, å være bra nok.

Blir du det du spiser?

Vi lever i en verden overfylt med mat. Sunn mat. Usunn mat. Deilig mat. Dårlig mat. Billig mat. Eksotisk mat. Mat. Mat. Mat. Jeg spiser når jeg er depriment, når jeg koser meg, når jeg kjeder meg, når jeg er i godt selskap, og når det smaker godt. Min søster sa til meg en gang; "Jeg er litt redd for å lage altfor god mat, for da klarer jeg ikke å la være å overspise meg." Jeg lo den gangen og syntes det hørtes kjempeteit ut. I dag lurer jeg på om jeg skal lage litt mindre god mat. For når det smaker godt blir det forferdelig vanskelig å stoppe å spise. Jeg hadde sikkert klart meg med en tredjedel av det jeg spiser til middag. Men isteden prøver jeg å spise veldig sunt og mosjonere hver dag, siden jeg ikke er disiplinert nok til å la være å spise mye. Men selv om jeg baserer kosten på grønt, fisk, hvitt kjøtt, og et minimum med karbohydrater er jeg allikevel "fylldig". Noen ganger, når jeg oppdager en del kilo for mye på vekten, velger jeg å tro at det bare er musklene som veier mye.

Ikke så rart det blir sagt at det er bare de rike som har råd til å spise sunt. Jeg lurte på det en stund. Skjønte ikke hvorfor. Alt som smaker godt koster så mye penger. Poenget er at de fattige ikke har tid eller energi til å bruke store deler av fritiden sin på matlaging. Jeg merker det selv, når jeg er veldig stresset må ikke middagen ta mer enn tretti minutter å tilberede, og da må jeg selvfølgelig kjøpe noe som er ferdig stekt og varmt, men som ikke nødvendigvis er sunt. Da serverer jeg nygrillet kylling med loff og salat, fordi jeg ikke orker å vente på risen. Og igjen spiser jeg altfor fort, noe som gjør at jeg ikke kjenner metthetsfølelse før jeg har allerede spist dobbelt av det kroppen trenger. Da kompenserer jeg kroppen med en hvile på sofaen og noe godt til kaffen. Og fordi jeg er fornuftig og ikke vil bli stor og stygg, går jeg en times tur hver dag med kjæresten min.

En ting som er kjempe effektivt, er å forelske seg. Det er som om et tomt rom blir fylt meg kjærlighet og glede istedenfor mat. Men så går det en stund etter at en er blitt sammen, da begynner en å kose seg med gode måltider sammen. Det betyr ikke at en ikke er forelsket lenger, men at en gleder seg over livet sammen. Og da blir det mye kos fordi vi har det så bra og da må vi kose oss. Jeg hører ofte folk si; "å jeg pleide å være så tynn, men siden vi har blitt sammen har jeg gått opp ti kilo, og de har jeg ikke klart å kvitte meg med". I begynnelsen trodde jeg at jeg snart skulle bli ulykkelig igjen, og at den ekstra vekt jeg fikk på meg da jeg ble sammen med min kjæreste, skulle rase av igjen slik det hadde skjedd før. Men jeg ble aldri så ulykkelig igjen, og de to gangene jeg ble skikkelig tynn var det på grunn av tap av søsken.

Jeg ble sånn stygg-tynn og ikke i stand til å nyte elegansen. Av og til er en "light" depresjon på gang, men det får meg bare til å spise i forsøk på å fylle noe som er tomt, eller dekke over noe jeg vil glemme. Her en dag stresset jeg fælt med ett av mine prosjekter og stemningen i hjemmet var ikke noe særlig. Da jeg svarte ærlig til en venninne på "hvordan har du det?" spørsmålet, sa hun veldig fort "men du ser jo så godt ut!".

I min kultur pleide folk å si at hvis en kvinne ikke la på seg når hun ble gift så var hun ikke lykkelig i ekteskapet. Om en mann som var gift holdt seg veldig tynn etter en stund, sa man at enten så var kona en dårlig kokk eller han hadde en elskerinne, og da holdt han på å slite seg ut ved å tilfredstille begge to.

Siste sommer var jeg på besøk i England hos mine to søstre. De som alltid har vært tykkere enn meg, var da på størrelse med tenåringsene mine. De var så fornøyd at de kunne ikke la være å ta på seg klærne til jentene mine. Og merkelig nok fikk de det på seg. Da ble de glad for en kort stund. Min mor, som kom på besøk samtidig som meg, spurte meg: "Skal du legge på deg mye mer? Jeg syns du er blitt ganske brei over hoftene". Frustrert som jeg var fra før, svarte jeg: "...og du, hvorfor er ikke du slank? Forresten, i alle minnene jeg har av deg er du feit. Hvorfor var du ikke slank?". Da skjønte hun, litt for sent, at hun hadde tråkket feil. Så fortsatte jeg: "Jeg går lange turer hver dag, passer på å spise sunt og moderat, har nesten ikke drukket vin eller spist søtsaker i hele sommer. Hva foreslår du? Skal jeg sulte foran jentene mine? Vet du ikke hvilke signaler jeg sender ut da?". Jo mer jeg sa, jo mer opphisset ble jeg. Forbannet var jeg. Søstrene mine hadde vært i et elendig humør. Den ene snakket så mye om hva som var fetende og ikke fetende med jentene mine, at de ble lei av henne, og ikke ville tilbringe tid med henne. "Hun er så sur hele tiden!", sa de. Den andre søsteren serverte masse mat til alle sammen, men satte seg ikke til bords med oss. Og hvis hun gjorde det, så spiste hun sjelden av det hun laget til oss. Dette var så ubehagelig at jeg vurderte å la være å komme på besøk noe mer.

En tid da jeg lot være å spise ris og poteter på grunn av allergier og dårlig form, spiste jeg mer av det andre som var på bordet. En dag oppdaget jeg at hverken samboeren eller barna spiste ris eller poteter lenger, og jeg var nødt til å kutte masse salat og grønnsaker. Etter seks måneder ble jeg lei av å kutte grønnsaker og vaske salater. Da begynte jeg å lage spennende retter med ris og poteter. Vi fikk en mer variert kost og gleden av å lage mat kom tilbake.

Innerst inne har jeg en tendens til å overdrive. Alt som gjennomføres med fanatisme er dømt til å slå feil før eller siden. De første seks månedene jeg gikk på en sånn steinalderdiett, gikk jeg ned i vekt og følte meg full av energi. Jeg våknet opplagt tidlig på morgenen, noe jeg ikke hadde opplevd på en stund. Etter seks måneder begynte kroppen å venne seg til den nye kosten min. Da gikk formen tilbake til det den var før. Jeg hadde også begynt å reagere allergisk til de tingene som hadde vært så sunne for meg. Dette kom av at jeg hadde en meget ensidig kost.

Da jeg var liten husker jeg at på vår helsestasjon hang det plakater på veggen med bilder av forskjellige typer mat. Det stod skrevet: HUSK ALLTID VARIERT KOST. Jeg har aldri skjønnt den virkelige meningen av det før nå. Etter så mange prøver med det ene og det andre opplegget, kjenner jeg at det som er best for kroppen min er litt av all mat, absolutt alle slags mat. Og nå skjønner jeg hva det betyr "å spise med måte", selv om jeg må øve meg på det resten av livet.

Noen ganger føler jeg at en stor del av min tilværelse er preget av forsøk på å la være å overspise, legge på meg, eller innta usunn mat. Min store frykt er å bli som de damene jeg ser rundt femti, som er blitt ganske runde rundt livet. Mitt største ønske er å se så slank ut som da jeg var tjue. Det som er litt underlig er at da jeg var rundt tjue så ønsket jeg å legge på meg. Jeg syntes jeg hadde for små bryster, og da trodde jeg at hvis jeg la på meg fikk jeg større bryster.

Etter at jeg hadde født barn nummer to synes jeg at jeg ble for tynn igjen, og en gang som jeg klaget var det noen som sa at kanskje jeg hadde høy forbrenning. Jeg gikk til legen og ba om å få testet dette. Han trodde ikke det, sa han, men vi tok en test allikevel. Den kom tilbake negativ, slik legen hadde forutsagt. Det var meg som så meg selv for tynn.

Kroppen som en datamaskin

Naturlegen til søsteren min sa til henne at hun måtte spise den samme maten hun spiste når hun var liten. Og det var så rart, hun måtte spise loff og ikke for mye frukt. Hun vil jo holde seg slank, og den maten vi spiste som barn var ikke noe særlig slankende. Så hun drakk det vannet hun kokte brokkolien i, for det var dumt å kaste alle de vitaminene som lå i vannet etter kokingen. Da jeg kom til Norge som 18-åring hadde jeg bare hatt ett hull i tennene. Etter ett år boende her, fikk jeg ti nye hull. Jeg vet ikke om det var tannlegen som var ivrig etter å borre eller å tjene penger. Men min naturlege sa da at det var fordi jeg ikke var vant til å spise norsk kost, og at det gikk utover tennene. Jeg skjønte ingenting fordi jeg spiste ikke noe søtt. Men i dag vet jeg at selv om jeg ikke spiser søtt så er det sukker i nesten alt vi spiser. Til og med brød har sukker. Rart det der at man må tilsette både salt og sukker for at maten skal smake.

Kroppen er som en liten datamaskin, den jobber etter den programmering den har fått. Det som hender i dag er at jeg må oppdatere ikke bare datamaskinen men også kroppen. Og da tar jeg noen dustepiller som sier at de skal holde meg slank, andre som skal gi meg energi, noen som skal få harde negler til å gro og få meg i bedre humør, og de som skal få kroppen til å forbrenne bedre alt det fettete jeg elsker å konsumere. Men det er bare tull. Jeg blir aldri slankere med mindre jeg tar kontroll over min grådighet. Vitaminene kunne jeg sikkert funnet i grønnsakene hvis jeg kokte dem mindre. Jeg bruker masse penger på mat, jeg overspiser, og så bruker jeg masse penger på piller for å kvitte meg med problemene all maten gir.

I november i fjor var jeg i Brasil. Min familie der spiser bare portugisisk mat, selv om de lever i et land der det vokser alle mulige varianter av frukt og grønnsaker. Jeg var og handlet og de fikk, av meg, smakt for første gang på frukt som vokste der. Etter tre uker med portugisisk mat laget slik min bestemor pleide å lage den, kom jeg hjem med den fineste, glatteste huden noen gang, jeg la ikke på meg, tross alt fettete, og i Norge spurte folk meg hva jeg hadde gjort, siden jeg så så pen ut (det var første gang jeg hørte at jeg var blitt "penere"). Jeg prøver å lære litt av den enkle måten å lage mat på. Jeg merker at det er godt for meg. Jeg burde spise mer av den maten kroppen min lærte å fordøye som liten. På den måten unngår jeg kanskje en del tilsetningsstoffer også.

Hva snakker vi om rundt bordet?

I det jeg sluttet å røyke og la på meg mange kilo, begynte jeg å spise veldig sunt. Jeg spiste ting som jeg til vanlig ikke gjorde og i litt større mengder. Da utviklet jeg pollenallergi. Med dette kom matallergi, og en slags depresjon over at mye av det som var sunt, var jeg allergisk mot. Det endte med at ved nesten alle måltider ble det diskutert mine allergier, og etter hvert andres. Med tiden ble dette veldig kjedelig, og jeg ble flau dersom samtalen dreide seg om mine matvaner. De fleste er blitt allergiske, eller driver med en eller annen slags diett. Jeg skulle ønske at vi vendte mer fokus mot kjærligheten, politikken og samfunnet.

En dag var jeg på et seminar og vi ble servert en sånn hotellunsj som ligner mest på et festmåltid. Da vi skulle ta dessert etter maten, kom det en stemme frem fra en tynn, eldre dame: "Å, det var kaloridosen min for denne måneden... det du har tatt ser fryktelig godt ut, men jeg kan ikke spise sånt, vet du, det er for mye fett for meg... i dag spiste jeg bare frukt til frokost. Det gjør jeg hver dag forresten". Jeg så at hun som satt ved siden av ikke var så komfortabel og lurte på om hun ikke tok for mye dessert. Jeg for min del var misfornøyd fordi den desserten jeg hadde forsynt meg med så bedre ut enn den smakte. Jeg gikk og hentet noe annet, som denne gangen smaker aldeles nydelig. Jeg spiste demonstrativt, og spurte om jeg skulle hente litt av det til henne. Jeg så at hun siklet veldig over det jeg hadde på asjetten.

En jente som var på besøk i vinter skrev meg i en e-mail: "Don't forget, you have to go skiing now, and after perhaps you will eat butter?". Hun hadde antageligvis observert meg spise. Da jeg tok henne på tur måtte hun anstrenge seg veldig for å holde mitt tempo. Hun er en del yngre enn meg. Hun tenker kanskje at kondis er forbeholdt de unge. Det trodde jeg også da jeg var ung. Men min kondis i dag er bedre enn før.

Jeg lager klær etter egne kroppsmål

Jeg bytter av og til mine klær mot annet kunsthåndverk. En dag kom en jente alene, og i det hun prøvde det ene plagget etter det andre, skjønte jeg at selv om jeg lager klær etter egen kropp, må jeg begynne å regne med at en del folk har større bryster og mye mindre mage. Vanligvis pleier jeg å tenke at siden jeg har fått to barn og er 36, kan jeg få lov til å ha litt rundt magen, at det er naturlig. Idet jeg betrakter denne jenta som er nesten like gammel, og også mor til et barn, blir jeg litt frustrert over egen kropp. Imens jeg misunner hennes kropp, begynner hun å klage på at hun er for tykk. Skrekkslagen spør jeg om hun har tenkt å bli tynnere? Hun sier at det har hun gitt opp, men at hun fremdeles ønsker seg mindre rumpe og mindre lår. "Speilet ditt viser folk slankere enn det de virkelig er." "Perfekt speil for meg", tenker jeg. Senere prøver hun en herrebukse, men fordi hennes form er veldig feminin sitter buksa for trangt i rumpa, og er for stor rundt livet. "Åh, jeg synes rumpa mi har sunket flere centimeter i de siste to årene." Akkurat det kan det godt hende hun har rett i. Jeg husker ikke hvordan rumpa hennes så ut for to år siden.

Senere den uka kom de to andre jentene. Den ene er meget tynn, men med gode kvinneformer fra livet opp. Den andre jenta har akkurat fått et barn, og har naturligvis strevd i de siste månedene med å få tilbake kroppen sin. Det første hun sier er: "Har du vide topper som ikke er så korte?", så peker hun på magen sin. Jeg leter etter bevis på en mors fedme, men ser en slank figur. "Hva er problemet?" spør jeg litt irritert.

Jentene viser stor begeistring for klærne, men det er ikke alt som passer. Innimellom ser jeg den unge mors skuffede ansikt, i det hun ikke får den buksa som passet til den andre jenta, på seg. Hun som er så tynn fra livet og ned, får byttet til seg en god del klær som jeg ikke ellers får solgt. Klær som ikke passer til noen. Den unge moren klager over sine tykke legger.

Min kjæreste sier at jenter sier sånne negative ting om sin egen kropp for å få positive tilbakemeldinger. Jeg skjønner at han forstår kvinner bedre enn jeg. I min kultur er de fleste uinteresserte i å vite hvor misfornøyd du er med egen kropp. Det er på en måte en privat sak. Jeg tror i så fall at det er mangel på folkeskikk å klage på kroppen din foran andre som ser verre ut enn deg.

På trening

Min mor er 71 år og går tur nesten to timer hver dag. Det har hun gjort i ti år nå. Hun ser friskere ut nå enn det hun gjorde da hun var 45. Ofte vil hun ikke gå denne turen. Det som holder henne på veien er frykten for å bli pleietrengende. På denne måten unngår hun større mengder kolesterol, og mosjonen gjør at hun holder sykdom unna. I dag kan hun røre fingre som hun ikke kunne for ti år siden. I begynnelsen var det bare henne som gikk de turene og det ble mye folkesnakk. I dag er det flere som følger med henne på de turene.

På det stedet jeg pleier å trene, er de fleste eldre enn meg. Gjennom klærne kan jeg se at noen har litt for mye her og der. Andre har begynt å få litt lite fett på steder som det egentlig er lurt å ha noe. Det merkelige er at når vi står i dusjen, og jeg ser på de forskjellige nakne kroppene under vannet, kan jeg ikke se en eneste kropp jeg gjerne ville ha rettet på. De er så flotte hver på sin måte, at det nesten er synd de ikke kan gå nakne på åpen gate. Det er mødre som har født barn, som steker vafler til sine barnebarn, med skrukkete hud, med ekstra fett rundt livet. Kanskje gjør de det samme som meg? Grabber huden som er rundt livet, måler fettet, og tenker oppgitt; "om jeg bare kunne fått dette her vekk".

"Å røyke er stilig"

Jeg begynte å røyke da jeg var tretten, men det var ikke før jeg ble seksten jeg lærte å røyke skikkelig. Jeg prøvde ved flere anledninger å slutte, men enten var det at jeg la på meg eller at jeg så en tøff skuespillerinne på tv som røykte. De røykte med så stor stil at jeg ville være som dem. Det ga meg en image å røyke.

Jeg sluttet å røyke ved hvert av svangerskapene mine, men begynte igjen etter jeg var ferdig med ammingen. Da besluttet jeg meg for å røyke hele mitt liv. Jeg skulle leve kort, men godt. Jeg så på meg selv som en dame som skulle røyke for alltid. Min erfaring som ikke-røyker var aldeles dårlig. Jeg kom alltid i et elendig humør og ble veldig kranglete. Jeg fikk alltid beskjed om å begynne igjen, fordi jeg ikke var til å holde ut. I svangerskapene mine gikk det annerledes fordi alle trodde at det var svangerskapssymptomer.

Da min mor og mine tre søstre i England skulle slutte å røyke, prøvde mor å overtale meg til dette. Men jeg var bestemt for å røyke livet ut, enda jeg var mor til to jentebarn. Det begynte å gå opp for meg, at etter nyttårsaften måtte jeg omgås fire damer som gikk med konstant røyksug og antagelig dårligere humør enn meg. For å overleve stemningen bestemte jeg meg for å la være å røyke så lenge jeg var sammen med dem. Det endte opp med at alle sprakk, men ikke jeg. Jeg tok en dag av gangen, og sa alltid at det var midlertidig at jeg ikke røykte.

En dag var jeg på besøk hos to venninner. De virket ikke så glade for at jeg hadde sluttet å røyke. Vi kunne ikke lenger sitte sammen og kose oss med røyk og kaffe. Jeg fulgte alltid med dem ut hver gang de skulle røyke. Dette gjorde jeg med alle som besøkte meg og alle jeg dro på besøk til. Da jeg kommenterte størrelsen på magen min, sa venninnene mine unisont: "Hvis du vil kvitte deg med den magen, må du begynne å røyke igjen." Da svarte jeg; "Om den blir kjempestor skal ikke fedme være grunnen til at jeg skal røyke".

Gravid

Jeg har med meg bildet av å våkne og å se på beina mine og merke meg at de var blitt fyldigere. Kroppen min hadde begynt å forandre seg. Jeg fikk endelig større bryster og penere bein. Når familien fikk vite at jeg var gravid passet de veldig på meg.

Da naboen kom på besøk viste jeg frem magen som etter tre måneder hadde blitt kjempestor. Naboen kunne ikke se noe: "Det der er ingen mage, det. Se på meg, dette er det vi kaller stor mage", så holdt hun rundt rillene sine og ristet godt på dem.

Når min søster kom på besøk og hadde med seg noe godt fikk jeg alltid dobbel dose. Noen ganger sa hun: "Dette er ikke til deg, dette er til niesen vår." Ingen visste hvilket kjønn babyen hadde. Men det visste hun.

Når jeg fikk lyst på noe spesielt ordnet familien det slik at jeg fikk det. Naboene kom med de første squashene og de første fikenene de fikk på trærne. Jeg ble behandlet som en dronning. Alle ville ta på magen min. Eldre damer påsto at det kom til å bli jente fordi jeg ble så pen da jeg gikk gravid.

Alle var så omsorgsfulle og meget bekymret hver gang jeg løp til bussen. Jeg var alltid forsinket. Jeg solte meg og satt bak på en moped helt til to dager før jenta mi ble født. Naboene trodde ikke ungen kom levende ut. På sykehuset var de meget glad for å se en brun mage. Det var en sjeldenhet for dem. Babyen var ikke brun da den kom ut, men meget lubben av all den gode maten jeg fikk fra alle.

Jeg bodde i Norge da jeg ble gravid for andre gang. Enkelte mennesker målte alt jeg puttet i munnen. Jeg som holdt meg røykfri hadde smaksløker som krevde sitt. I fjerde måned stakk jeg av til hjemlandet mitt. Der fikk jeg den behandling jeg trengte, masse omsorg og oppmerksomhet og mye glede fra andre. Jeg tror ikke jeg skal ha flere barn, men skulle det skje, stikker jeg av på nytt. Min mor er der enda til å varte meg opp.

Rare greier det der at kroppen plutselig vil ha barn. Den gråt og skrek etter barn selv om jeg hadde hendene fulle med fire stk. Nå som de er tenåringer alle sammen og jeg nettopp har blitt 37 vil jeg plutselig ikke ha flere barn. Jeg syns nesten synd på de som får barn med tanken på at de søte barna forvandler seg til drager. Andre sier at det er forbigående. Det vet jeg jo. Men det er vanskelig å huske på det når alle skal suge sitt.

Å bli gammel

"Å bli gammel er ikke et problem, men et privilegium."

Nå som jeg har mistet en bror og en søster allerede i 40-års alderen, forstår jeg hva de ordene betyr. Litt rart det der, hvordan ting utvikler seg. På TVskjermen ser vi stadig vekk reklamer om produkter som skal holde oss unge. Kremer og kurer som skal gjøre oss vakre og uimotståelige. Det er som om ingen vil bli gamle. Det er som om det ikke spiller noen rolle om man ikke lever lenge, så lenge man holder seg ung utenpå.

Som Yoko Ono sier: "I AM NOT AN AGE". Dette sier jeg til alle og til meg selv. Disse enkle ord følger med meg nå som en tatovering. En tatovering jeg er veldig glad for å bære, jeg er ikke en alder.

For en tid siden hadde jeg en kjær venninne. Hun hadde nylig fylt 81 år. I det jeg skulle dra fra henne en dag etter et veldig trivelig møte, ser hun meg inn i øynene og sier, "...Du Maria, jeg har egentlig mørkere øyne enn deg!" Hun lo og smilte fornøyd over den oppdagelse. "Jeg som alltid ønsket meg grønne øyne", sa jeg fornøyd, "Ja, Minnie, dine øyne er mørkere enn mine", bekreftet jeg.

"Men en ting har vi likt", sa hun, "vi har smileøyne begge to".

Minnie glemt aldri da mine døtre sa at hun var en veldig pen dame. Hun glemt heller ikke da hennes tre år gamle oldebarn holdt rundt ansiktet hennes og sa;

"du oldemor...du er veldig gammel du! ...men du er egentlig pen, du!"

Min venninne Minnie var en av de vakreste kvinnene jeg har møtt. Men hun var ikke gammel. I våre samtaler var vi alltid uten alder. I ånden var hun den mest ungdommelige kvinne jeg noen gang har kjent.

Er det slik at mennesker skal føle og oppleve spesielle ting som er begrenset til en bestemt alder? Det er som om jeg blir yngre for hver periode i livet mitt.

Jeg var eldst da jeg var fjorten år gammel.

En gang så jeg reklame på en film, to eldre mennesker som kjærtegnnet hverandre.

Jeg ble ganske overrasket. Var det fordi de var for gamle til å kysse, eller var det fordi jeg aldri ser gamle mennesker på denne måten?

Min kjæreste er 24 år eldre enn meg. I begynnelsen sa han: "Jeg er for gammel til å forelske meg." Så han skjønte ingenting av det som gikk rundt i kroppen hans.

Det ble som en slags sykdom, sa han.

Heldigvis ble han syk lenge, og vi er fremdeles syke sammen.

Her en dag var jeg veldig fornøyd etter en tur til helsekosten, og innkjøp av en god såpe og en bodybutter som luktet godt. For første gang på mange måneder ga jeg kroppen "a treat". Jeg tok meg god tid til å pleie den. Da sa min datter til meg: "Noen ganger blir vi glade av å gjøre noe godt for kroppen vår." Egen trivsel er sannsynligvis en kombinasjon av godt stell med det ytre og det indre. De er begge en del av en selv, og er dermed avhengige av hverandre. Jeg for min del har alltid nedprioritert det ytre.

En 11 år yngre venninne sa til meg i vinter: "Jeg vet ikke hva som er så galt med å bli gammel, det er så vakkert å se kroppen eldes." Jeg tror alderdommen er vakker så lenge den drøyer med å komme. Veldig vakker på andre, men ikke på meg selv. Jeg prøver å overse det så godt jeg kan. På skolen der jeg har undervist, fikk jeg reaksjoner fra noen ungdommer når jeg sa at jeg likte Hip Hop og grafitti. Da var det liksom ikke kult lenger, når voksne likte det samme som dem.

Tynne og forfengelige menn

Nå er det kommet en ny trend sier de. Menn har begynt sin slanke- og aldermani de også. Jeg trodde ikke det inntil nylig. I fjor var mor på vei hit fra England, og min bror som bor her bestilte hudkrem mot rynker. Han er femten måneder yngre enn meg, men ser egentlig ti år yngre ut. Jeg ble forskrekket. Jeg hadde aldri trodd at gutter var opptatt av sånt. Særlig ikke sånne flotte, unge og tynne menn som min bror. Men det var han! "Det er den kremen som var veldig god, for det var den samme kremen som vår eldste søster brukte. Hun hadde jo så ung hud", sa han. "Men hun døde ung av sykdom, så det hjalp ikke noe", sa jeg.

Sommeren etter tapet av min søster var jeg veldig tynn. På besøk på Madeira kunne en eldre bror vise meg hvor tynn han var ved å vise at det var bare hud rundt livet. "Se, det er bare hud. Ingen fett", sa han, mens han tok et tak i huden rundt livet. Jeg sjekket min hud, men selv om jeg trodde jeg var tynn så var han tydeligvis tynnere enn meg, fordi jeg hadde litt mer enn akkurat hud. Han viste meg også at han hadde pene bein og ingen appelsinhud.

En jul jeg kom ned til Madeira med store muskelbein, etter tre måneder med sykling fram og tilbake til jobb, ertet jeg min eldre bror med at jeg hadde sterkere bein enn ham. Han tok tak i flesket og viste meg at det var cellulitt. Jeg taper igjen.

En gang hadde jeg en kjæreste som var arabisk. Etter at vi hadde kysset et kvarter og skulle ut og spille billiard, brukte han en halvtime på å fikse krøllene sine. Han spurte meg hele tiden: "Er det fint nå – er det fint nå?" Jeg prøvde å ignorere det. Men bildet av ham foran speilet ga meg kalde føtter. Jeg gjorde slutt to dager etterpå. Aldri mer vil jeg se en mann (som jeg skal kline med) foran speilet lenger enn 5–10 minutter mens de barberer seg og børster håret.

Da jeg gikk i syvende klasse ble jeg kastet ut av jentedoen. Vaskedamen måtte sjekke mitt skolekort for å slippe meg inn. Ryktene gikk over hele skolen. De nye lærerne, når vi hadde opprop, gjorde om navnet mitt til en manns navn, Manuel, men jeg heter Manuela (kvinne). Hele klassen lo, og jeg med. Det ble litt verre når jenter som ikke kjente meg fra før forelsket seg i meg. En gang måtte jeg vise at jeg ikke hadde noe utovertiss. Etter det visste alle at jeg var jente, heldigvis. For jeg forelsket meg en hel del, selv om ingen gutter likte meg.

Rumpe-snakk

Jeg kom til Norge som 18 åring og gikk på videregående skole. En dag oppdaget jeg at de fleste jentene i klassen holdt på med en slankekur. Noen spiste bare knekkebrød med brunost. Ei som jeg husker var rund i kinnene men ikke ellers, drakk vann med kayennepepper og sitronjuice. Det var visst slankende.

Jeg husker at det var snart sommer, og at hjemme kokte jeg nypoteter for å spise dem med smør, persille og hvitløk. Jeg skjønte ikke helt hva de slanket bort.

Men jeg skjønte heller ikke hvorfor noen av dem til tider tygde sjokolade som om det var brødsiver. Jeg var ikke vant med søtsaker fra før, og synes ofte at det ble for mye med alle de vaflene, sjokoladene og kakene. Jeg likte rett og slett nesten ingenting, bare bløtekaker synes jeg var godt. Så jeg var tynn uten å slanke meg. Jeg klarte ikke å spise en hel seigmann av gangen. Jeg pleide å tygge av hodet, legge det tilbake, så tygge av beina, så tilbake, og senere neste dag kunne jeg ta resten av kroppen. I gymtimene lærte vi noen øvelser, som i følge henne med runde kinn, var bra for å slanke bort rumpa. Jeg ble forskrekket når jeg så henne gjøre de øvelsene, hun som etter min mening hadde litt for lite rumpe i forhold til resten av kroppen.

En dag satt jeg på restaurant i det landet jeg kommer fra, sammen med min eksmann og skulle bestille middag. Servitrisen hadde en veldig frodig formet rumpe. En sånn som alle menn i det landet snur seg for å se. Jeg spøkte med eksmannen min om hennes rumpe, og kommenterte at hun flørtet med ham. Han sukket og sa; "hun har for stor rumpe". Jeg ble forskrekket for det var første gang i mitt liv jeg hørte en mann si dette.

Grunnen er at der jeg kommer fra synes folk at en kvinne skal ha frodig rumpe. Om hun ikke har så store bryster så er det egentlig fint. Men liten rumpe var veldig uattraktivt. Året etter var jeg på besøk i Norge og det første venninnen min sier, i det jeg går foran henne, er at jeg har fått liten rumpe. Jeg husker jeg ble lei meg. Min rumpe, som alltid har vært min kvinnelighet, var ikke der lenger. Min venninne forklarte at det var et komplement, men det skulle enda ta meg noen år før jeg skjønte det.

En dag på skolen, noen år senere, så jeg en gutt som tegnet mange kvinnefigurer. Alle hadde liten rumpe og store bryster til felles. Størrelsen på brystene var større enn størrelsen på rumpa. Jeg spurte ham hvorfor de var slik alle sammen. "Fordi de er så jævlilig sexy." Jeg spurte; "Liker du sånne gutterumper?". "Jeg liker ikke gutterumper, kvinnenes rumper skal ikke være større enn dette."

Min venninne fra Brasil sa i en samtale om plastisk kirurgi, at folk i Brasil opererte de store brystene sine til små fordi folk i Brasil likte ikke store bryster.

I Brasil ønsket folk å ha store rumpe og små bryster, så det var faktisk noen som satt inn silikon i rumpeballene. Når jeg forteller dette til enkelte venninner tror de ikke på meg, men sier at da må de reise dit. Jeg trodde ikke helt på dette heller, inntil nylig besøk i Brasil. I de gatene jeg gikk var det en oase av fete rumpe. Måten de bar sin frodige rumpe på var overveldende. Men for sikkerhets skyld forhørte jeg meg om dette med to fettere: "Neida, damer må være store bak og helst ha veldig små bryster." Jeg, som under mitt opphold hadde følt meg som en av de slanke blant alle, måtte innse at det ikke var bra.

I mine barneår var det en del fokus på rumpa mi. Vet ikke helt hvorfor, men jeg husker at jeg likte oppmerksomheten. En dag sto jeg på jordet og plukket ugress til sauene da nabobonden kommenterte til broren min: "Din bror har en skikkelig flott rumpe." "Det er ikke min bror, det er min søster", sa bror. Jeg kunne se at han ikke likte kommentaren til naboen. Og naboen gikk tilbake til sitt, for sånne kommentarer lager man ikke når damer er til stede.

En gang, da jeg var på vei hjem fra kristendomundervisningen sammen med en gjeng, møtte vi en annen nabo. Han hadde rykte på seg for å invitere unge jenter til bananplantasjen. Noen av dem hadde han også prøvd seg på. Jeg husker ikke hva vi sa til ham, men han kikket på meg, begynte å ta av seg beltet og lovte meg juling på rumpa. Jeg hadde på meg en shorts den dagen. Jeg var ikke mer enn ti år gammel. Jeg løp for livet. En periode etterpå, gikk jeg hjem istedenfor å ta bussen. Det var skikkelig omvei, men jeg var så redd for ham.

Jeg pakket shortsene i skuffen og gikk mest med kjoler for å skjule rumpa mi. Senere, når jeg ikke var så redd lenger brukte jeg en del bukser. Jeg begynte å arve dem fra min søster. Selv om de var for lange passet de akkurat ved rumpepartiet. Da jeg var 13-14, var det ei jente i klassen som sa til meg flere ganger; "Jeg skjønner ikke hvorfor rumpa di peker ut. Du har ikke en sånn rumpe som oss andre." Dette var negativt ment, og jeg begynte å få komplekser. Jeg brukte gjerne store bukser og prøvde å dekke meg til med lange bestefar-skjorter. Senere oppdaget jeg at det var nettopp min rumpe som var den kvinnelige delen. Og det var nettopp det guttene likte.

Av og til glemmer jeg hvor forskjellige vi mennesker er i forhold til hva vi liker. Vi var på en sommerferie på Madeira, og på veien hjem fra en katolsk sommerfest observerte vi en dame. Vi hadde jo sett på en del andre før, men denne damen tok det helt ut. Buksa var i noe av det trangeste laget og kledde en enorm velformet rumpe.

Jeg så at min kjæreste så på det samme som meg. Dette var underholdning for oss som bor i Norge. Det var et under at hun klarte å bevege seg i det hele tatt. Men det gjorde hun. Sakte og elegant beveget hun seg oppover bakken. Madeira er en oase av stramme, flotte rumper. Så hvis du blir lei av å se på norske rumper, som blir mer og mer kamuflert i bukser som er spesielt designet for det formålet, ta deg en tur til Madeira. Forresten, sånne bukser som selger godt i Norge (veldig små ved rumpeballene) kan du få kjøpt ganske billig på salg. Der nede vil ingen gå med sånne bukser, så de ligger igjen på hylla.

Jeg har en norsk venninne, som kommer med en apeteori om folk i Brasil og delvis i Portugal. Vi er fremdeles på apestadiet der de klatret i trærne bak hunnene, og da var det de oppsvulmede rumpene som sendte signaler om at hunnen var klar. Men da mannen begynte å gå oppreist så var det brystpartiet som ble oppsvulmet når hunnen var klar. Jeg må innrømme, at etter å ha bodd i Norge i 14 år, har jeg blitt påvirket. Jeg vil heller ikke lenger ha noen stor rumpe.

Jeg ser meg selv kjøpe bukser som viser mindre rumpe, noe som var helt utenkelig for en del år tilbake. Etter hvert liker jeg det alle andre liker, og går kledd på samme måte som alle andre.

Nå er det meg som ikke skjønner hvorfor min far går "bananas" hver gang han ser en svær rumpe gå foran ham. Akkurat som om det er helt feil å like annet enn høye slanke Barbiefigurerer. Apropos det, ble jeg forskrekket når jeg for første gang avkledd en av de dukkene som hørte til en av jentene mine. De hadde nesten ingen rumpe! Heldigvis likte ikke jentene å leke med dem.

Det som vi i Norge bærer med skam og gjerne vil slanke bort, er det samme som en del andre kvinner i andre verdensdeler bærer med stolthet. For dem er dette det ekstra som bringer dem kjærlighet og fruktbarhet.

Pupper og bryster

"Hvis du smører døde fluer på brystene dine, får du større pupper."

En dag sto jeg foran en butikk sammen med mine klassevenninner og så på modeller: "Den der har for små pupper til å være modell", sa jeg.

"Stakkars! Hun kan ikke noe for at hun ble sånn. Pass deg, du vet jo ikke om du får like små bryster som henne", sa Teresa, en av jentene. "Jeg kommer til å få store nok", sa jeg. "Hvordan kan du vite det?" spurte en annen. "Jo, fordi min mor har store og det har mine to eldre søstre også."

I dag har jeg og mine to yngre søstre veldig små bryster.

Når ungene mine ikke ville spise forskjellige typer grønnsaker pleide jeg å lage historier for å motivere dem til å spise. Da den yngste ikke ville spise sjampignon, sa jeg til henne; "Hvis du spiser sjampignon får du store pupper når du blir stor". Jeg visste at Frida var veldig glad i pupper. Hun klemte ekstra godt alle som hadde store pupper. "Mer enn deg mamma?", "Ja, mer enn meg", "Sånn som bestemor?" "Ja, sånn som bestemor". Hun begynte å spise de sjampignonene som var på tallerken. Så sa hun: "Men jeg vil ha to stykker, bestemor har bare ett. Må jeg spise mange sjampignon da?" "Nei, bare de som du får til middag." Frida spiste sjampignon lenge etter at hun skjønnte at det var bare tull. I dag venter vi på at brystene hennes skal vokse, i hvert fall litt til.

Da jeg snakket med min niese og ertet henne litt; "Kanskje du får like små pupper som meg...", sa jeg. "Nei. Det gjør jeg ikke!" "Hvorfor ikke?" "Fordi min mamma hadde store." Det er en del måneder siden denne samtalen. Her forleden drømte jeg at alle tre jentene mine ikke skulle få større bryster. Jeg våknet veldig engstelig og minnene fra min pubertet kom strømmende. Jeg stod ofte foran speilet og sjekket om brystene mine hadde blitt større. Et ritual jeg fortsatte med inntil en dag noen sa til meg at nå kom de ikke til å bli større. Min siste sjanse var når jeg fikk barn, da var det mulig at de ble større.

Som femtenåring husker jeg at jeg var lenge i vannet fordi jeg var flau over kroppen min. Jeg passet på å komme veldig diskret ut av vannet slik at ingen så hvor små brystene mine var. Ryggen min var kullsvart fordi jeg synets det var vanskelig å sole meg foran.

Da jeg skulle gifte meg laget min søster brudekjolen min. Den var den vakreste kjolen jeg noengang hadde sett. Den hadde bare en feil. Den var for stor i brystpartiet. Jeg håpet og håpet at jeg skulle få mensene like etter bryllupet fordi brystene mine pleide å bli litt større like før mensene. For å dobbelsikre meg spiste jeg så mye

feit mat som mulig. Problemet var at jeg hadde ikke så mye appetitt og fikk ikke maten ned unntatt når jeg var veldig sulten. Jeg fyltes med en lykkerus, og det var ikke plass til noe annet. I dag ser jeg på brudebildene mine, og øynene henger seg ved den lille detalj at det så litt tomt ut under kjolen.

Seksuallivet mitt ble preget av komplekser jeg hadde i forhold til de små brystene mine, og det nyttet ikke hvor mye andre sa at de var fine. Kompleksene var så store at jeg skvatt hver gang de ble tatt på.

Da jeg fikk mitt første barn fikk jeg melkespreng. De ble så store at jeg ble litt redd da jeg så dem i speilet. Presset var så stort at jeg ikke fikk sove på vanlig vis. Her fikk jeg drømmen oppfylt, men det var dårlig timing. Det tok meg en uke å få orden på den melkeproduksjon. Problemet var at det ble for mye melk og på sykehuset fikk vi ikke lov til å bruke pumpe. Vel hjemme var diskusjonen hvordan skulle vi få orden på det problemet, og en jente som var nesten ferdig utdannet lege kom på besøk og sa; "Jøss er det mulig? Jeg trodde ikke du kom til å få melk i puppene siden de var så små." Jeg husker jeg tvilte veldig på hennes legekompetanse. Men kanskje var det puppeleger som visste om sånt? Da jeg ble ferdig med ammingen ble kroppen veldig tynn, og brystene sakte men sikkert som to små svisker. Jeg følte meg som en gammel dame. Den følelsen forfulgte meg i mange år.

Kviser, fregner og sånt

"Hvis du smører blod fra den første dagen i din menstruasjon får du kjempefin hud i ansiktet og mindre kviser."

Da jeg var barn ønsket jeg meg fregner. Jeg hadde så lyst på det, at av og til innbilte jeg meg at jeg hadde noen. Jeg sjekket det ganske ofte. Og hvis jeg husket på gud ba jeg ham om det. Jeg ba om fregner og gjerne store fortenner. Litt sånn som Pippi Langstrømpe hadde. Da jeg gikk i åttende klasse ble jeg hodestups forelsket i en gutt som hadde begge deler, fregner og store fortenner.

Den forelskelsen varte i hele seks måneder. Og det synes jeg er lenge med tanke på andre der forelskelsen gikk over etter to dager. Senere ble jeg gift med en som også hadde fregner og store fortenner. Han fortalte meg at han ble mye mobbet på skolen. Jeg skjønnte ikke hvorfor. Når jeg gikk på skole mobbet vi de barna som hadde lus i håret og som var urenlige (kom med skitne klær, luktet vondt eller hadde oljete hår). Vi mobbet de som bøllet med andre, som ikke var skoleflinke og fattige.

Min storesøster hadde kviser, min storebror også. Men hans kviser var som vulkan-utbrudd. Han var egentlig allergisk til alt som vokste på jorda, sånn som trær og enkelte planter. Da han kom i berøring med de, begynte han å se ut som han hadde "lepra" sa mor. Jeg visste ikke hva lepra var den gangen. Jeg var liten. Men jeg husker at alle jentene forelsket seg i ham selv om han hadde masse kviser. Det må ha vært hans personlighet eller den sjenerte stilen som gjorde at de ble gærne etter ham. Eller var det hans øyne? De er spesielle enda. Selv om jeg er hans søster, tok det lang tid for meg å venne meg til å se ham i øynene. Det er nesten sånn at jeg glemmer at han er broren min. Kanskje er det sant det noen sier at "øynene er sjelens speilbilde"? Da må broren min ha veldig fin sjell! Men hva med oss andre? Sånne som meg, som har små brune øyne som ikke er noe fine med mindre de smiler? Helst skulle jeg ha hatt sånne store kuøyne, men i grønn farge. Det hadde lillesøsteren min og det likte jo alle! Egentlig så trodde jeg før at hun sperret opp øynene med vilje. Jeg har prøvd å gjøre det samme, men det er ganske slitsomt. Øynene mine ser i hvert fall ganske godt. Litt for godt kanskje? Jeg som alltid ønsket å bruke briller og som faktisk kler det. Men neida! det er søstera med de grønne kuøynene som må ha briller og som bruker det bare når hun ser på TV fordi hun er tusen ganger penere uten briller.

Jeg hadde en mistanke om at jeg hadde små øyne etter hvert som ingen sa til meg at jeg hadde store øyne. Det var ikke før jeg gikk på SHKS da en jente skulle tegne meg, at fikk jeg vite at jeg hadde små øyne. Hun slet med å tegne portrettet mitt, og sa: "Maria, du har små øyne du!". Jeg visste at jeg ikke hadde store øyne, men at jeg hadde små øyne var noe nytt. Jeg var 29 da jeg fikk vite dette.

Sminke

Min mor pleide å si; "Så lenge jeg har unger som bæsjer og tisser i bleie vil jeg ikke bruke sminke." I hennes yngre tid, før hun fikk ti barn, pleide hun å bruke en slags rouge eller pudder i ansiktet. Hun brukte også leppestift. Det var ikke før hun fylte femti hun begynte med leppestift igjen. Da hadde nesten alle barna forlatt redet.

Da jeg var tretten år insisterte mine søstre på å sminke en svart strek under øynene mine. Jeg som bare ville være stor jente lot dem gjøre det. Jeg fikk en skikkelig øyebetennelse etter fem-seks omganger med sminke.

En februar vi skulle sminke oss for å gå fra dør til dør under karnevalet, fikk jeg et forferdelig hudutslett dagen etter. Det tok meg et par uker før huden ble vanlig igjen. Familien konstaterte at jeg var allergisk, og at det var ikke noe mer å gjøre med denne saken. I dag hender det at jeg bruker leppestift hvis jeg skal på fest, da føler jeg meg pyntet, men det er ikke alle leppestift jeg kan bruke fordi de fleste klør veldig og jeg får sårne moderne lepper som alle liker. Siste leppestift varte i ca. fem år. Etter det har jeg ikke brukt noe.

Første gang jeg fikk jentene i klassen min på overnattingsbesøk, fikk jeg et skikkelig sjokk som jeg med vanskelighet klarte å kamuflere. Hun, som som regel hadde massevis av svart sminke rundt øynene var plutselig helt blek uten noe som helst farge. Øyebrynene var borte.

Det første året jeg bodde i Norge ble jeg innimellom tatt i at jeg spurte folk om de var blitt syke, eller var veldig slitne når de kom på skolen med et annerledes fjes. De svarte meg alltid: "Nei da, jeg fikk ikke tid til å sminke meg i dag." Det tok meg lang tid før jeg skjønnte hvorfor de fleste jentene brukte sminke selv om de ikke så sminket ut i det hele tatt. Hårfargen på øyevippene var mye lysere enn min, og øynene så litt rare ut uten sminke. Jeg tenker i dag at en del menn hadde sett mye penere ut om de også hadde brukt sminke på øyevippene slik jentene gjør. Eksen min for eksempel, hadde hatt godt av litt maskara. Jeg har også hørt at det er en del gutter som farger øyevippene sine. Det synes jeg er fornuftig egentlig. Hvorfor skal bare kvinner være attraktive?

Jeg husker at den yngre søsteren min som hadde veldig korte øyevipper, en dag klippte hun litt på de etter andres råd, i håp om å få lange svarte øyevipper. Da jeg var ung kommenterte alle mine øyevipper. Jeg hadde store, svarte, tett voksende hår i vippene. Så mye at jeg kunne bare klø meg i øynene så kom flere hår på hendene.

Toppløs

Min første sommer i Norge var i 1988. Jeg var nitten år gammel. En dag etter skolen ble jeg med to av jentene fra klassen på stranden. Jeg visste at man drev med en del toppløs soling i Norge, men ikke at alle gjorde det. Jeg som aldri hadde solt meg toppløs fikk det ganske tøft da jeg fikk se blikket til de to jentene.

Senere den sommeren, på de strendene jeg var, gikk alle toppløse. Gamle damer, mødre, ungdommer, store pupper, hengende pupper, unge struttende pupper, alle var toppløse. Jeg skammet meg veldig over mine to små, men det fikk ikke hjelpe. Jeg trakk til meg mye mer oppmerksomhet hvis jeg dekket dem til.

Det endte med at jeg solte meg med topp og hver gang jeg skulle bade tok jeg av meg toppen, sånn at når andre så meg så jeg ut som alle andre.

En vår på Madeira fikk jeg besøk av en norsk venninne, og hun var vant til å bade toppløs. Vi fant diskrete steder der vi kunne være, sånn at hun kunne sole seg som hun var vant til. Men dette ble oppdaget av noen menn. Etterhvert merket vi at det var forbigående grupper som så på henne.

Sexy

Fokuset på å være sexy i dag, er så stort at jeg har mistet begrepet om hva som er eller ikke er sexy. Jeg skjønner heller ikke hvorfor en på død og liv må være sexy. Når en jente på ni år har fått piercing i navlen og går med leopardbikini, er det fordi hun blir søt, fin, pen eller sexy? Har vi foreldre så stort fokus på hva som er fint/sexy at vi ubevisst overfører dette til ungene våre? Jeg hører de fleste foreldre si at det er media som påvirker ungene. Men hvem er det som kjøper "stasjet" til ungene sine da? Hvem lar dem se på "Topmodel"? Og hvem kommer hjem med kvinneblader?

En gang reagerte søstrene mine da jeg la inn et forbud mot å bruke et metall belte-kjede rundt livet. Ungen var bare åtte, og beltet minnet meg om dem som går langs gaten for å selge sex. Det var på mote, men jeg synes ikke det passet for min åtte-åring.

Det var en del ting barna mine ikke fikk lov til å bruke. Jeg måtte forklare dem det ordentlig. Fortelle dem hvorfor voksne kvinner kunne være sexy og ikke unge jenter. "Vil dere ikke ha sex, da behøver dere heller ikke bruke de tingene vi voksne bruker for å få guttene tent på oss." Det var egentlig en pinlig samtale for meg. Men jeg visste ikke en annen måte å gjøre det på.

Hvor mye hår skal en mann ha? Skal jenter ha hår i det hele tatt?

En sommer på stranden i England lekte jeg, søsteren min og svogeren min, for å holde oss varme. Brått stopper han og roper; "Hei. Du har mer hår på brystet enn meg!" Jeg som var snart 17 år håpet på at ingen andre hadde hørte hva han hadde sagt. Men så begynte jeg og søsteren min å telle hårene på brystet hans "...en...to...tre...fire...og en liten en." Vi lo godt. Han kalte meg apekvinne og jeg kalte ham femi på portugisisk, som vi nektet å oversette.

Jeg har alltid likt menn med masse hår på brystet og på leggene. Jeg og venninnene mine kommenterte alltid hvor fine guttene var i forhold til hvor hårveksten hadde spredd seg. Jeg husker at vi ikke likte så mye hår på ryggen. Men ellers var hår på en gutt et symbol på at han var voksen. Hvis skjegget var blåaktig av barbering, enda mer sexy. Jeg fant ut etterhvert at det var lite praktisk når jeg skulle kline. Ansiktet mitt ble fort skrappt opp og rødflammet av det kraftige skjegget.

Hår skulle min drømmemann ha, men jeg ble gift med en som bare hadde fem hår på brystet han også, og jeg lærte å like det. Mine brødre hadde alle mye hår, og helt fra jeg var liten husker jeg at blikket mitt festet seg i armhulene til eldste broren min. Mange år senere mens jeg satt og drakk kaffe, så jeg at broren min hadde nesten for mye hår i armhulene. Jeg foreslo at han skulle ta det vekk eller klippe det litt. Jeg mente bare godt, men han ble ganske såret av forslaget mitt.

Jeg har en venninne som har mye hår på leggene. Hun er den naturalisten jeg skulle ønske jeg var. Venninnen min har så mye hår på enkelte steder at jeg glemmer å se andre steder. Øynene stopper forundret ved de rødgyule hår som sprer seg fra skrittet til navlen. Leggene er fulldekket av et slags dun. Hun minner om guden Pan. Hun er veldig flott. Jeg beundrer hennes mot for å være seg selv.

Hår her og der

En sommer oppdaget jeg at venninnene til søstrene mine begynte å kommentere hårveksten min; "Nå må du oppføre deg som en stor jente og fjerne det som vokser under armene dine" - "...tror du at den bikinien dekker alt det håret der tar du feil."

"...det kommer mer. Du er jammen tidlig ute med alt det håret, jeg fikk ikke noe før jeg var nesten femten, og jeg som var så ivrig etter å barbere meg her og der."

"Men jeg liker det, jeg vil være naturlig", sa jeg.

Men det fikk være grenser. Søstrene mine mente det rett og slett var ekkelt å se hår i armhulene til damer. Jeg kunne ikke få være med på stranda hvis jeg ikke gjorde noe med det.

Da jeg flyttet til England som 16-åring gikk jeg på et snobbete engelsk College for å få oppholdstillatelse. Der var 80% av elevene fra Saudi Arabia. De var veldig gentlemenn og fort ble jeg deres maskot. En dag vi skulle til en firmamiddag med sjefen til søsteren min, bestemte hun at jeg så altfor barnslig ut, og at litt hår måtte fjernes fra ansiktet mitt. Jeg som gjerne skulle bli som Janis Joplin likte ikke forslaget. Men hvis jeg skulle beholde den barten min og de tjukke øyebrynene måtte jeg bli hjemme. Hun tok alt hun ønsket og ble veldig fornøyd med kunstverket sitt. Litt sminke i tillegg gjorde susen. Da synes alle at jeg lignet mer på søsteren min. Altså mye penere og mer voksen. Det ble heller ikke noe problem å få meg inn på 21-års grense på disco etterpå. Dagen etter, på skolen, kom alle araberne en etter en og sa at jeg var blitt penere. "Have you noticed the difference?"

Å nappe øyebrynene mine selv, kom ikke på tale. Det måtte min søster gjøre hver gang hun ville ha meg pen. En dag, en halv time før jeg skulle på restauranten hennes og servere mat, nappet hun et øyebryn og halvparten av barten, så stakk hun av. Jeg skvatt og måtte puste veldig dypt for hvert hår jeg dro ut. Hun ble ikke så fornøyd med jobben min, men det fikk gå.

To dager før jeg skulle gifte meg tok hun en skikkelig runde på ansiktet mitt. Alle syntes jeg var så pen brud. Jeg ville helst være pen slik jeg var, med min naturlige hårvekst. Senere sa en kollega av mannen min, mens han så på bryllupsbildene mine; "Oi oi oi men du er egentlig pen på disse bildene, hvorfor er du ikke det nå?" Da hadde jeg klippet meg i tillegg til at jeg ikke orket å nappe så mye hår fra fjeset mitt. Innerst inne likte jeg hårveksten min, men jeg ville at andre skulle like den også.

Datteren min har arvet mine øyenbryn, men hennes øyne, i motsetning til mine, er veldig store og pene. Da hun var litt over ti år dukket hun plutselig opp med barberte øyenbryn. Det barberte partiet var bare på midten, håret over og nede var fortsatt der. Hun så ikke ut.

Min kjæreste var så snill og kjørte ungene til skolen når han var på vei til jobben, da kunne jeg sove noen ekstra timer. Men for en periode ble jeg vekket hver morgen med et fortvilet ungt ansikt over meg og en hånd som holdt en svart eyeliner foran fjeset mitt: "Kan du gjøre det, mamma?" Jeg spurte henne hvorfor hun hadde gjort det. "Hanne sa at jeg hadde veldig store øyebryn..."

Senere det året dekket hun seg med et håndkle hver gang vi var på stranden. Hun ville ikke få farge på seg for da ble hun kalt for brun potet når hun kom tilbake på skolen. Hun skammet seg over utseendet sitt helt til hun begynte på ungdomsskolen. Der var det plutselig pent med brune øyne og mørkere hud. Håret har hun drevet og bleket i over fem år nå. Siste gang farget hun det mørkt. Hun begynner nå på videregående skole.

Hår.

Det sies at man ønsker seg det håret man ikke har eller kan få. I våre dager kan vi få til det meste. Og hvis det ikke går kan vi kjøpe parykk.

For en del år tilbake hadde min lillesøster langt krøllete hår. Sønn med korketrekker. Men det var ikke mote med korketrekker i midten av 90-tallet. Det var på 80-tallet som det var pent med krøllete, bustete hår. Vi reiste to ganger inn til London for at hun skulle finne seg den perfekte parykken. Først kom hun hjem med en lang, svart parykk, sånn som håret til asiatiske kvinner. Men det ble hun ikke fornøyd med. Så vi dro inn en gang til, og hun kjøpte seg en parykk som var kort svart hår, det motsatte av det hun hadde. Her forleden var hun så fortvilet, og opptatt av å fortelle meg at hun brukte tre timer på å rette håret sitt før hun skulle på jobb. Sjefen hennes ville ha det sånn, glatt hår.

En frisør sa til meg en dag at håret mitt var alle frisørers drøm; "fordi man kan modellere det etter ønske." Hun spurte til og med om jeg ville være modell, men jeg hørte ikke noe mer fra henne. Det viste seg at hun likte det lange håret mitt så godt at hun ikke kunne eksperimentere med det. Etterhvert oppdaget jeg at folk var mer opptatt av håret mitt enn av meg. Jeg dro til frisøren og klippet alt vekk. Frisøren nektet å klippe meg med det første, men når hun skjønnte at jeg var på vei til en annen frisør, gikk hun med å klippe meg likevel.

Døtrene mine har en tendens til å få krøller. Men krøller var ikke mote for fem år siden. Så de kjøpte seg rettetang for alle pengene sine. Det fungerte ikke, fordi det var for mye hår den skulle rette. Etter hvert kom det flere og bedre rettetenger, og håret ble rettet med hjelp av hårbalsam og andre ting. Jeg prøvde å si at krøller var på vei inn igjen, men det hjalp ingen ting. De har rettet, og til og med tynnet, håret hos frisøren. Håret har blitt slitt av alle runder med rettetang. I sommer har alle mine tre jenter latt krøllene komme frem.

Barberte bein

Jeg husker hvordan det kjentes om natten når jeg sov med storesøstra mi. Idet jeg prøvde å justere min kropp mot hennes for å få varme, stakk det små stikk fra leggene hennes. Det var forferdelig. Jeg kjeffet på henne og tryglet henne om å la være å barbere leggene sine. Sengen var smal og etter hvert måtte jeg bare venne meg til den røffe overflaten.

Jeg har alltid hatt mye hår på kroppen, så mye at folk løftet genseren min for å se den hårete ryggen min. Jeg var litt stolt av det husker jeg. Det var en form for oppmerksomhet. På leggene var det litt annerledes. Jeg passet på å sole leggene slik at håret fikk en gylden farge.

En dag sier mor til meg: "Det er kanskje på tide at du barberer leggene dine så du ligner mer på ei jente." "Jeg liker ikke glattbarberte bein", sa jeg, "de ser ut som plastikkbein". "Jeg har hørt at hvis man barberer beina med tørr høvel så kommer håret litt svakere. Selv om du liker bein med hår, så er det kanskje bedre hvis de blir litt mindre", sa mor. Det var det jeg egentlig ønsket meg, mindre hår. Så jeg tok motet til meg og barberte beina mine en grå dag som jeg skulle til landsbyen og ta bilder til skolekortet. Jeg kunne kjenne luften berøre huden. Følte meg litt naken og litt flau. Redd for at noen skulle oppdaget det, men samtidig følte jeg meg mer kvinnelig.

Min mor hørtes litt frustrert ut når hun av og til kommenterte at far beundret leggene til nabodamen. "For noen flotte legger!" pleide han å si. Jeg skjønte ikke den gangen hva som var flott ved de hårete leggene til sr. Margarida. Men mor har siden forklart det til meg. Det var hår min far var fascinert av, og siden min mor ikke hadde noe hårvekst på beina følte hun seg ganske forbigått. Det viser seg at i den gamle kulturen som faren min har vokst i, var hårvekst på en kvinne et tegn på temperament, og noen mente at kvinner med litt bart var mer kåte enn andre. Jeg husker spesielt en jente som bodde oppi fjellene der min far kommer fra, Luízinha. Alle menn fantaserte om henne. Det ble fortalt historier om at hun var sett i nærheten av fjøset til den ene, eller snakkende med den andre. Der oppe var det ikke lov å kysse før man var forlovet eller noe sånt. Så hun fikk dårlig rykte etter hvert. Hun hadde hår på alt. Tykke øyebryn, litt mye bart, hårete armer og legger. De likte meg der oppe. De visste jeg hadde temperament bare ved å se på meg. Jeg ble godt passet på.

Du har to pene døtre

Da jeg var liten hørte jeg folk ofte si til min mor: "Å gud så pen ung datter du har", etter at de hadde møtt min eldste søster. "Å gud, din eldste og din yngste datter er nok de peneste i huset." Da hørte jeg alltid min mor si; "Jeg har født bare pene barn. Alle mine barn er pene." Min mor har aldri akseptert andres kommentar på hvem som var flinkest, penest eller lignet på far. Ingen ville ligne på far. Alle oss barna syntes far var stygg. Alle ville ligne på mor.

I dag opplever jeg det samme som min mor, med mine tre døtre. For to år siden ga jeg beskjed til alle i den nærmeste familien at de fikk ikke lov til å komme med kommentarer om hvor pen den ene var. Enten roste de alle sammen eller så måtte de la være. Familien min ble fornærmet. Min mor forsto meg. Jeg sa tydelig ifra, at jeg ville helst at de laget komplementer som gikk på de forskjellige egen-skaper jentene hadde. Jeg vil ikke at barna mine skal investere for mye tid og energi på utseendet sitt, og glemme å utvikle karakter og intellekt.

En dag var jeg på en bar og bestilte et glass vin. En mann prøvde å få til en samtale med meg. Jeg kjente ham fra før. Han var tydelig beruset, og det synes jeg er slitsomt med nordmenn som skal føre lange samtaler når de drikker. Jeg var litt kort og unnvikende. Så sa han; "Du er så søt!" Det er jeg så lei av å høre. Jeg vil helst være sexy og uimotståelig. "...men søstera di er mye penere enn deg. Du er klar over det, ikke sant? Hun er så nydelig! Herregud så pen hun er!" "Men jeg er mer intelligent", sa jeg og gikk.

Egentlig var jeg ganske pen før den søstera dukket opp og bosatte seg i Norge. Jeg ble litt lei av det. Ikke at jeg måtte bli så pen, men fordi jeg ble lei av å høre folk si til meg hvor pen hun var. Kunne de ikke si det til henne selv? Det ødela en del mellom oss egentlig. Alle menn som gjerne skulle ha henne, kom til meg for å få råd når de ikke fikk henne. Plutselig hadde jeg en rad med menn på døra som ville ha hjelp til å få henne interessert i seg. Ikke orket jeg å gå ut med henne lenger etter hvert som jeg ble sammenlignet med henne. Jeg var morsom, men ikke så pen. Jeg var jo alltid pen så lenge hun ikke sto ved siden av meg.

En lørdag på jobben som servitør, hadde vi en iraner som vasket opp. Senere på kvelden spurte han: "Er du søster til Tina?" "Ja - " "...men du ligner ikke..." "Jeg vet det", svarte jeg, "jeg er mye penere enn henne". Han skiftet farge, ble stum for en stund og sa stammende: "eh, neei... jeg, jeg synes..." "Jo! Jeg er mye penere enn henne, det sier alle som kjenner oss!" Så brøt jeg ut i stor latter.

Den pene søstera var faktisk ni år eldre enn meg. Men ved flere anledninger spurte folk meg hvem som var eldst av oss to. Den blide jenta som jeg vanligvis var begynte å forandre seg, den var så lei av å høre "neimen hun ser ikke ut som hun er eldre enn deg! Er hun så gammel også?" Til slutt snudde jeg ting på hodet og løy når jeg svarte: "Hun er ni år yngre enn meg." "Sier du det? Men du ser faktisk yngst ut!" Så jeg gikk fra å være den unge som ser gammel ut, til å være den som er eldst og ser veldig godt ut for sin alder.

Noen ganger synes jeg vi burde hatt et ekstra fag på skolen. Et fag som lærer mennesker å utvikle sosiale antenner. Der man lærer å ikke rose søstrene dine til deg, et fag der man ikke sammenligner deg med andre, et fag der man ser forskjellene som noe vakkert, utfordrende og absolutt nødvendig for menneske-rasens helhet. Da kunne vi kanskje unngå en del usmakelige kommentarer som skaper så mye vonde følelser og dårlige selvbilder.

Speilbildet

Da jeg var barn satt jeg på sengekanten til moren min og så meg i speilet. Jeg elsket å se meg i speilet. Dessuten innbilte jeg meg at jeg kunne kommunisere med den som var på den andre siden. Av og til åpnet jeg skapdøren for å sjekke om det var noen der. En dag sa min mor: "Det var en gang en jente som så seg i speilet så mye at en dag så hun speilbildet til djevelen i stedet for sitt eget." Jeg ble så redd, så redd at jeg i en god periode fremover unngikk å se bort til skapet der speilet var.

Jeg har alltid tenkt at jeg var minst like pen som mine søstre. Jeg fikk det sjokket da jeg en dag i min voksne alder sto foran speilet med mine to yngre søstre. Dette gjorde jeg aldri mer. På skolen, på kino, og alle offentlige toaletter der en kan stå å vaske eller sminke seg, tør jeg ikke å se meg i speilet. De få gangene jeg har løftet øynene, og for et øyeblikk sammenlignet meg med de andre blir jeg skuffet. Da en venninne fikk se familiebilder av meg sammen med søstrene mine, sa hun; "du ligner ikke på dine søstre".

Alle vil gjøre meg pen

I hele min oppvekst opplevde jeg andres misnøye ved mine valg. Måten jeg kledde meg på, stelte meg og ikke sminket meg. De kom alltid med noen gode råd til meg om hvordan jeg skulle se mer sexy ut. Det rare er at jeg aldri har følt meg mindre sexy, eller mindre jente, selv om jeg valgte bort en del jålerier, sminke og feminine klesplagg.

Da jeg var midt i 20-årene var engasjementet rundt hvordan jeg skulle se ut ekstra stort. Både søstrene mine og flere venner fortalte hva jeg burde ha på meg, hvordan jeg skulle sminke meg og fikse håret. Etter hvert måtte jeg fortelle dem at grunnen hvorfor jeg ikke fulgte deres råd, var fordi jeg ikke likte utfordrende klær og ville helst se naturlig ut.

Det tok noen år før de skjønnte at jeg gjorde helt bevisste valg i forhold til hvordan jeg skulle vise meg for verden. Kanskje de trodde jeg ikke hadde god stil, at jeg trengte veiledning.

Jeg begynte med miniskjørt da jeg var 33 år gammel. Det er nå som jeg har tilliten til å gå med høye hæler eller feminine plagg, ikke da jeg var yngre. Det er nå jeg vil vise frem det som var fint å se på da jeg var 17 år.





































Historier

Fra jeg var 13 til 16 år gammel var jeg konstant på slanker'n. Jeg har aldri vært tjukk. Men relativt høy og kraftig bygd. Mye av barndommen min tilbragte jeg på bestemors bondegård. Jeg deltok i mye fysisk arbeid; hesjing av høy, kjøring av tømmer med hest i skauen om vinter'n, løying av ved, måking av grise - og hestemøkk, lusing på jordene... Og jeg har alltid likt å leke ute - løpe omkring i skogen, ri på hester, klatre i trær og fjellsider. Så jeg har vel en ganske sterk og funksjonell kropp. Men så var det en mann som så meg, og han tenkte kanskje noe sånt som at hm... her har jeg en liten kvinne, hva kan jeg gjøre med henne? Jeg var absolutt ikke moden for den slags, og fikk meg en ganske sjokkerende opplevelse. Da var jeg 11 Et barn, som snart skulle bli kvinne. Opplevelsen fortrengte jeg i flere år, men så begynte kroppen min å utvikle seg, og jeg protesterte alt jeg kunne. Jeg ville ikke bli kvinne! Plutselig veide jeg 50 kilo!!! Jeg fikk mensene, og puppene begynte å springe ut...æsj! Jeg vokste...og fikk det jeg kaller "elefantsyken". Den består kort sagt i å føle seg som en elefant. Jeg følte meg svær, og diger og ekkel. Og kroppen min skulle tuktes og holdes nede. Jeg sto foran speilet og gråt og ville skjære av meg de feite lårene mine.

Det var moderne med Levis 501-olabukser og jeg måtte opp i 33 tommer. De fleste venninnene mine var et år yngre enn meg og brukte ennå bare 28 tommer. Hver mandag morgen startet jeg en hestekur; tørre brødskeer uten smør og pålegg og vann til... Dietten holdt som regel ikke lenger enn til onsdagen...og så var det på'n igjen på mandagen. Jeg har ikke så veldig god viljestyrke og disiplin, og jeg husker hvor forferdelig dårlig samvittighet jeg hadde når jeg hadde spist en kake eller noe jeg ikke burde. Jeg har alltid vært glad i god mat, og mamma bakte kaker og lagde middag med saus og poteter som det var vanskelig å avstå fra.

Hun har alltid vært tynn. Av venninnene hennes i syforeningen fikk jeg de skrekkeligste slankekurer. Den ene var sånn: 1. dag: 3 bananer til frokost, 3 bananer til lunsj + 3 til middag. 2. dag: 3 wienerpølser til frokost, 3 til lunsj, 3 til middag.

3. dag: 3 hardkokte egg til frokost lunsj og middag... 4.dag: 3 bananer til frokost, 3 wienerpølser til lunsj, og 3 hardkokte egg til middag.

Resultatet av slanking min ble at jeg la på meg ca. 15 - 20 kg. i løpet av 3 år. Mange forsøkte å trøste meg med at jeg ikke behøvde å slanke meg, og enda flere prøvde å hjelpe med å komme med gode råd om hvordan jeg kunne gå ned i vekt. De som gjorde inntrykk var en skolekjøkkenlærerinne som snakket ernæring og fornuft med meg da jeg holdt på å svime av på skolen av for lavt blodsukker da jeg holdt på med en av de sinnssyke slankekurene. Den andre var pappa, som påsto at jeg var fin og normal, og som sa at kroppen min var i en vokseperiode og at den behøvde næring, ikke beinhard slanking. Heldigvis kom jeg ikke på ideen om å kaste maten opp igjen. Sommeren mellom ungdomsskolen og gymnaset ga jeg endelig faen. Jeg orket ikke mer selvpining. Jeg tenkte: "De får ta meg som jeg er, feit eller ei, fra nå av spiser jeg det har lyst på, jeg skal aldri mere slanke meg!"

I niende klasse var jeg 169 cm høy og veide 69,9 kg. Året etter var jeg 171,5 cm høy, og veide 67 kg, men folk sa til meg: "Du må ha slanka deg minst 10 kg, du har blitt så tynn!" Jeg slappet av og spilte håndball og nøt maten og livet... Det gjør jeg fortsatt - nå er jeg 38 år gammel og veier det samme, og jeg har ikke slanka meg siden.

kvinne 38

Vi hadde overnatting på skolen en gang i 6. klasse. Det var sent og alle satt og pratet utenom de som så på film. Jeg og noen andre jenter og gutter satt å spilte kort. Så sa læreren at vi måtte pusse tennene å gå og legge oss, så vi jentene gikk inn på doen for å skifte. Bestevenninna mi stod i undertøy og etterlignet Pamela Anderson mens hun stappet papir i bh'en bare på tull.

Så plutselig var det noen gutter som åpnet døra og kikket inn og så hva hun drev på med. De visste jo ikke at hun tullet! så det ryktet spredte seg fort. "Hun har ikke pupper, derfor stapper hun papir i bh'en!"

Noen gutter tror fortsatt at hun gjør det. De liker henne ikke lenger fordi de tror at hun ikke har pupper. Det er vel det eneste alle gutter tenker på. Hvorfor tenker de ikke på hva som er inni deg, istedenfor hva som er utenpå?

jente 14

Fra jeg var 16 til jeg ble 34 var min Levis 501 størrelse 31-32. Så ble jeg pappa, og i løpet av de åtte siste åra har jeg vokst meg helt ut til 32-33. Det siste er at jeg ikke lenger knepper igjen den øverste knappen...

mann 42

Jeg hadde alltid syntes det hadde vært så spennende med bind og tamponger og alt det der, så jeg gledet meg til jeg fikk mensén. Jeg gledet meg helt vilt, til den dagen jeg kikket oppi trusa og så det røde greiene. Det passet liksom ikke helt inn. "Æsj!" tenkte jeg, mens jeg satt og ønsket det ekle greiene langt vekk fra kroppen min. Det var visst ikke så mye å glede seg til likevel.

jente 12

Hvor du enn går, føler du kanskje at du ikke er bra nok? Du er for feit, for lav, for stygg... Slike følelser har jeg hver eneste dag. Noen tror vel at det å være ung er det beste ved livet, men det synes ikke jeg. Jeg er 15 år, og tenker på utseendet mitt hver eneste dag. Jeg går til speilet om morgenen, og får bekreftet hver gang hvor stygg jeg ser ut. Familie og venner sier jeg er pen, men jeg tror aldri på det de sier. Man kan vel si at jeg egentlig ikke eier selvtillit i det hele tatt.

I februar/mars startet det. Det var påskeferie og jeg skulle på do etter middag, da jeg så det. Magen bulte for mye ut og jeg så at lårene var store. Jeg har aldri vært fornøyd med kroppen min men der og da så jeg ekstremt store forskjeller.

Så jeg bestemte meg for å slutte å spise.

Det funket i en liten periode, kroppen min tålte det. Men etter hvert ble det verre. Jeg klarte ikke å konsentrere meg og humøret mitt sank. Jeg orket ingenting lengre, leksene ble aldri gjort, jeg orket ikke å snakke i timene eller følge med, hadde ikke gym, alt ble rett og slett verre.

Men da faren min kom hjem fra jobb to måneder senere, så han forandringene og sa jeg måtte spise igjen. I det øyeblikket hadde jeg skjønnt det, jeg var nødt til å skjerpe meg. Sakte men sikkert begynte jeg å spise igjen, men bare sunn mat. Jeg synes egentlig at jeg lærte litt av den perioden der jeg ikke spiste, jeg gikk til noe enda bedre: et sunt kosthold!

Jeg begynte å konsentrere meg igjen, og humøret var tilbake i løpet av kort tid. Det eneste kjipe som gjenstår nå er familien min. De mobber meg hver eneste dag pga. kroppen min. De klager og klager på at jeg ikke spiser, at jeg er for tynn, osv. Jeg synes det er sårende at min egen familie kritiserer meg på den måten og rakker ned på meg slik de gjør. Det er nesten som om de vil knuse det lille jeg har klart å redde av selvtilliten min. Men alle hendelser har en negativ del, dette er den negative delen, familien min. Istedenfor å hjelpe meg med problemene mine, har de gjort narr av meg og kritisert mine valg. Jeg kan vel ikke forvente noe annet så jeg får vel bare godta det.

jente 15

Jag önskar att jag var...

Jag önskar att jag var/är karismatisk. Att jag lever som jag lär.

Att jag trots det yttre har ett inre som lyser igenom,

att människor i min omgivning tar sig tid att se under ytan.

Jag önskar att jag var fördomsfri,

att jag såg människans kvalitéer och såg/ser förbi bristerna.

Att jag genom möten med andra, växer och bli klokare...

Genom åren och med åldern infinner sig det ovanstående mer och mer, bara man är öppenhjärtad, spontan och nyfiken på livet och vad det har att erbjuda, både i med och motgångar. Rätten att vara sig själv blir tydligare och tydligare, vad det nu innebär att vara sig själv?! Kanske förståelse för både kroppens och själens behov, hur jag funkar och vad jag vill utsätta mig för, eller inte utsätta mig för?
kvinna 39 mot 40

Alle syntes jeg var rar. Jeg hadde annerledes hudfarge enn de andre. Jeg sa til mamma og pappa at de andre barna ikke likte meg, men de mente at jeg var den peneste jenta de hadde sett. Da fikk jeg selvtillit og var mer fornøyd med meg selv igjen. For jeg fant ut at de andre klaget på meg for å føle seg bedre med seg selv, fordi de bare var sjalu.

Når jeg var 11 år var jeg lav, tynn, jeg hadde ingen former, jeg var bare rett og slett liten og helt flat. Som en pannekake. Alle syntes at jeg var rar. Jeg var kjempe lei meg. Da visst jeg ikke at kroppen ville forandre seg. Tre år senere ble jeg høyere og flottere enn alle de andre. Nå er det ikke lenger jeg som blir kalt for "flat-pupp".

jente 14

Mamma spør alltid om hvor det blir av alle sokkene vi har i skuffen. Før visste jeg ikke. Søsteren min sier noen ganger til meg at jeg putter sokker i bh'en, det er ikke sant. Jeg fant ut at hun egentlig prater om seg selv! Det skjønte jeg da hun bøyde seg fremover og det hoppet frem en liten svart sokk.

Nå vet jeg hvor det blir av alle sokkene.

jente 14

I wish I were stupid, simple, illiterate and ugly. I wish I could not perform any simple task like setting a nail in a wall or driving a car. I wish I were totally helpless. I wish I could let some other people to take care of me, decide things for me, fix things for me, and leave me to my simple pleasures of buying shoes and clothes. I wish I did not care for the rest of the world. I wish I were not concerned about what people think of me. I wish my days went by easily and without great dramas. Sometimes I wish I were dead, so that the others could take over my tasks and obligations. I wish that nobody really cared for me or loved me. I would let my people go in order to save them from myself, let them be free and independent of me. Maybe the world could be a better place without me? I wish I had never been born.

woman 53

Egentlig er jeg ganske tilfreds med den jeg har blitt. Sikkerheten og roen som kommer med alderen er god. Da jeg var ung og lette etter identiteten min eksperimenterte jeg med stiler og uttrykk. Ville ikke oppfattes som en grå mus og gjorde mye for å ha en særegent image så verden kunne se hvem jeg var. Nå har hverdagen, stresset og ansvaret med å være mor bidratt til at jeg neglisjerer utseende mitt. Tar noen skippertak og det er det. Jeg skulle nok ønske at jeg lekte litt mer igjen. At jeg hadde glede av å sprengre grenser og rett og slett ta litt mer vare på meg selv. Bryr meg mindre og mindre om hva andre sier om meg, men jeg skulle ønske at jeg aldri ble oppfattet som et A4 menneske. Vil at folk skal vite at jeg er stilsikker og original. Jeg vil leke mer...

Alt for mye alvor i verden !

kvinne 40

Jeg ligger i senga, får ikke sove... kroppen min gjør vondt... den er stiv... soloppgangen er ikke vakker lenger. Tårene spretter... fortvilelsen råder... depresjonen er ikke langt unna. Kroppen min ødelegger livet mitt!

Svetten brer seg behagelig i treningstøyet mitt.. kroppen beveger seg rytmisk og målrettet til heftig musikk. Det er en høy puls time. Hvis jeg lukker øynene sanser jeg ingenting annet enn å være ett med rytmene... en transelignende tilstand... smerter og stivhet forsvinner. Etter trening er kroppen min myk og endorfiner strømmer rundt meg. Kroppen min gjør meg lykkelig.

kvinne 47

Magen er en uberegnelig fanden. Lever på en måte sitt eget liv. Sta som et esel. I mange år hadde jeg god kontroll på den. Kunne sette til livs nesten hva det skulle være uten problemer. Men etter hvert, i godt moden alder, fikk den en ubehagelig uvane til å blåse seg opp, spesielt ved juletider og festlige anledninger. Tok på en måte styringa selv. Ble ganske umedgjørlig og lite samarbeidsvillig. Rett og slett sta. Nektet blankt å gå tilbake til utgangspunktet. Jeg prøvde ut alle de velkjente knepene. Slutt på alt sukkeret i teen. Slutt med smøret på brød. Sjokoladen og isen til kaffen måtte avskaffes. Men nei, ingen reaksjon. Her måtte sterkere lut til. Potetene måtte bort og risen ta slutt, iallefall til hverdags. Nå er jo bare alt det sunne igjen, som grønnsakene og salaten, kylling og fisk. Litt brød. Og vin, et par glass til middagen er jo sunt. Trim. Jeg hater å jogge, men å gå er ok. Formen er bra, for det blir en del turer. Men magen? Har ikke helt gitt den opp enda, men begynner å resignere. Den har visst tenkt å kose seg videre! Kanskje må jeg like godt akseptere at den er kommet for å bli min.

mann 60

Jeg har hatt et stort problem med kviser siden jeg kom i puberteten. Jeg har hatt masse kviser i ansiktet, litt på brystet og en del på ryggen. Siden det har jeg alltid gått med t-skjorte. Jeg har alltid prøvd å skjule alle kvisene mine. Jeg har prøvd mange forskjellige produkter, men ingen av dem fjerner kvisene mine, som det står på reklamen at de skal gjøre. Det endte opp med at jeg badet på stranda i t-skjorte og at jeg ikke hadde svømming på skolen. Hver tirsdag annenhver uke kom jeg med ny unnskylding for å ikke bade. Venninna mi hadde heller ikke svømming, fordi hun er så usikker på kroppen sin. Hun sier at hun er feit. Så det var alltid oss to som satt å så på de andre bade. De få gangene jeg hoppet uti bassenget badet jeg med t-skjorte på. Det gjorde venninna mi også. Det var fint å kunne ha en som følte det samme som deg når det gjaldt kropp. Alle venninnene mine sa alltid at det ikke var noe å bry seg om, for det var ikke SÅ ille. Men det hjelper ikke hva andre sier. På ungdomsskolen begynte jeg i klasse med en gutt som har mange flere kviser enn meg. Legen hans har aldri sett et verre tilfelle. Han ble sendt på Rikshospitalet i Oslo for å få behandling mot kvisene sine. Jeg syns å synd på han at jeg glemmer mine egne kviser. Så nå går jeg i singlet, og jeg bryr meg ikke lenger om folk sine meninger om mine kviser. For jeg vet om folk med mer.

jente 14

Då eg var liten fekk eg blindtarmsbetendelse. Eg låg lenge i senga heime før doktoren kom, mamma og pappa meiner at kroppen skall legast av seg sjølv, "med vondt skal vondt fordrives". Doktoren viste ikkje kva det var, eg viste så mongen ulike symptom, det kunne være blindtarmen så han sendte meg til sjukehuset. På sjukehuset var dei heller ikkje sikre på kva det var, eg tok mongen prøver. Eg hadde så vondt at eg ikkje greide å sove om nettene, eg såg på lysa som blinka og hørde på pipelydane frå boksen som regulerte dryppet i handa mi. Ein morgon kom det ein lege inn og sa at dei var usikre på kva det kunne være, men dei ville opne meg og ta ut blindtarmen, var det ikkje den så ville dei vertfall vite det til seinare. Han sa det slik, det var litt morosamt og litt skummelt. Blindtarmen sprakk rettfrø dei tok den ut. Det første eg spurte om etter at eg vakna opp av narkosen var om eg kunne få sjå blindtarmen, dei lo og sa at den var blitt kasta. Organisk avfall, i komposten bak sjukehuset? Etter blindtarmsopprasjonen hadde eg to tarmslyngs-operasjonar. Pappa seier at dei neste gong får sette inn ein glidelås.

På sjukehuset møtte eg eingong ein mann som hadde operert seg for mongen ulike ting, mongen alvorlege sjukdommar. Blant anna hadde han hatt ein ryggmarg-transplantasjon (om eg hugsar rett), det er rekna som noko av det mest smertefulle, han meinte sjølv at blindtarmsoperasjon var verre. Han sa at eg var tøffe, pappa syntes også at eg var tøffe for eg hadde ikkje klaga så mykje over smertene.

Første gong eg hadde sex (litt berusa av alkohol) trudde eg at eg var øydelagt etter alle operasjonane, eg kjende ingenting. Eg grein og han holdt rundt meg.

Då eg var lita fekk eg høyre av mamma og pappa at eg hadde slike gode og varme klubbar. Det var hendene mine dei snakka om, dei likte det så godt når eg smaug handa mi opp i deira og varma dei. Dei sa gode og varme, men eg hørde berre klubbar – eg hadde store hender, eg samanlikna hendene mine med vennindene mine sine hender, eg hadde hender som var like store som gutane. Eg gjøymde hendene mine til eg gjekk ut av ungdomsskulen.

Pappa vil at alle jentene hans skal ha langt krølla hår. Etter at eg hadde såtte i badstua var håret mitt krølla seg vakkert i korketrekke, eg blei så glad for det at eg tok bilde av det så pappa skulle få sjå. Då eg viste dei til han sa han at eg hadde juksa.

Eg hadde gått nokre år på barneskulen før det blei oppdaga at eg hadde dysleksi. Det var ingen sjukdom blei det sagt, men kva anna kunne det være? Eg gjekk i hagen og plukka alle mamma sine te-urter, eg laga ein sterke bitter te som skulle kurere min dysleksi. Planen var at eg etter å ha drukke den skulle isolere meg på rommet nokre dagar slik at medisinen skulle få virke. Eg plaga meg sjølv og mamma merka det, eg fortalde ho om medisinen min. Mammaen min holdt rundt meg og vogga meg, eg fekk grine, så lo vi.

En dag i oktober 1999 lå jeg på magen på operasjonsbordet på Nevrologisk avdeling på Rikshospitalet. Da var jeg 51 år. Klokka va 08.00. Kl 16.00 våknet jeg på overvåkningsavdelingen, og jeg var fryktelig sulten. I løpet av disse åtte timer fjernet de en svulst fra ryggmargen som over år hadde vokst seg like stor som en mandel. Den hadde et navn – EPENDYMOM. Den hadde allerede gjort skade på nervesystemet og etter operasjon ble hendelsen og følgene av skadene diagnostisert som ryggmargsskade. Sånn praktisk og i det daglige har jeg mistet leddsansen i ben og hofter. Jeg ble ikke lam. Underveis og etter hvert med intensiv trening på Ryggmargsavdelingen POST 6, på Sunnåas sykehus og en måned på kysthospitalet i Stavern og fysioterapi hjemme lærte jeg på nytt å krype og å gå sånn noenlunde. Rullestolen satte jeg vekk etter to år. Heldigvis kan jeg gå på do på normalt vis. Mange må katetrisere seg 4-5 ganger om dagen. Livet er ganske forandret. Det går veldig bra med mye fysisk aktivitet. Trist var det når jeg måtte selge sykelen og sette vekk skiene. Venner og kjæresten min har gjort en kjempejobb. Jeg overlevde og fått mye hjelp fra alle. Det er koselig når folk sier jeg er flink, og jeg greier å gå tur i skog og mark og i fjæra med god støtte av gå-stavene mine.

kvinne 58

Den arten jeg tilhører har nære slektsbånd til sjimpansene. Nylig leste jeg i avisa at fellestrekkene ser ut til å være enda flere enn forskere har trodd hittil. Jeg er nesten sjimpanse. Dette har jeg alltid har vært klar over. Bevismateriale mitt har imidlertid ikke blitt gjennomgått bevisst før nå; Sjimpanser har jo masse hår overalt akkurat som jeg, og når jeg leter etter klær er buksebeina alltid for lange mens genserermet konsekvent er for kort. Faste sko som passer lesten min har for mye høyde bak. De gnager målbevisst vekk huden mellom hæl og ankel. Tærne vil dessuten helst sprike og vifte litt, og liker seg klart best når de ikke er stengt inne overhodet. Ryggen min er ganske kort og svinger seg vakkert inn, rumpa derimot svunger seg ut mot verden. Den er stor, sterk og fin. Med kraftige lår, og rumpemuskler kan jeg forsere store avstander raskt og effektivt. For meg hadde overkropps-plagg i sjimpanseform vært glimrende. Jeg må alltid modifisere klærne med å klippe til magen på undertrøye og genser. Å drasse på masse unødvendig stoff nederst, eller ha en oppbevaringsbulk på ryggen, gidder jeg ikke. På den måten blir også stilen litt "chimp"... Så her står jeg da og klør meg forundret i hodet mens jeg flekker tenner i et sjarmerende glis. Jeg tramper på bordet eller dingler i taklampa når muligheten byr seg. Jeg er et bråkete element som passer dårlig inn, men det er ingen fare for at jeg knekker i to av neste vindpust.

kvinne 32

Jeg husker den dagen jeg ble bevisst min kropp. Det må ha vært en god stund etter min konfirmasjon (med 14), fordi jeg hadde begynt å gå i ekte jeans som de fleste jentene i min klasse. Da følte vi oss kule og trodde at vi var attraktive for guttene. Kun merkene Levis eller Wrangler var aktuelle alt annet var "prolo" (harry).

Vi orienterte oss på våre jenteforbilder fra rockeband-miljøet, de var ofte magre uten noen kvinnelige former. Nesten alle jenter i min klasse (en jenteskole) hadde fortsatt en gutteaktig kropp og passet derfor inn i de minste størrelsene. Jeg passet ikke inn, jeg var for "tykk". Heldigvis ble jeg ikke mobbet for det på skolen, så jeg trivdes fortsatt som jeg var. Siden 4-års alderen hadde jeg en lubben, men ikke tykk kropp. Det bekymret ikke mine foreldre; "hun vokser det nok fra seg!" Men andre voksne og legen min kom stadig med noen "velmente" slankeråd.

Så kom den dagen jeg ble bevisst min kropp - på en svært ubehagelig måte. En fremmed ungdomsgjeng med litt eldre gutter mobbet meg ute på gata. Jeg hadde på meg min høyt elskede jeans (vi hadde bare råd til én). Siden den hadde begynt å bli nokså slitt med huller og revner, hadde jeg lappet og applikert den med mine fineste stoffrester og brodert med blomster i fargerike tråder. Jeg var meget stolt av mitt "kunstverk" - og kjenner fortsatt den gode følelsen inni meg å være meg selv i et klesplagg bare jeg har.

Guttene lot som at de fikk latterkrampe da de fikk øye på meg, kastet seg på bakken og ropte høyt gjennom hele gata: "Se, da kommer A., kjøttpølsa som har lært seg å gå!" Momentant begynte jeg å skamme meg forferdelig over mine kraftige lår, følte meg feit og uvel i min kropp.

Sammenligningsmarerittet startet da. Alle mine venninner ble plutselig vakrere, slankere og dermed i mine øyne mer attraktive enn meg. Jeg innbilte meg at jeg var stygg. Dette "spøkelset" preget ungdomsårene mine. Jeg presset meg inn i de trangeste jeans, men skjulte lårene under de digreste gensere og herreskjorter jeg kunne finne. Jeg følte meg som en grå mus, ville slanke meg syltynn, ville ha normstørrelse. Samme hvor lite jeg spiste, beholdt beina sin lubbenhets, mens resten av kroppen ble slank. Jeg havnet i en meget vond sirkel av mindreverdighetsfølelser som kvinne.

Forandringen og synliggjøringen startet med min første røde bukse jeg fikk i studietiden. Jeg bodde i et kollektiv med andre kvinner. Det var feminismen og frigjøring fra det andre kjønn som preget denne tiden. Der begynte min bevisstgjøringsprosess om egen kropp og identitet; en lang og steinete vei. Temaet henter meg inn av og til. Selv om hodet vet, ligger det fortsatt mye i underbevissthets og i følelsene hvor jeg kan havne i en felle. Av og til tenker jeg: "Hvis jeg bare kunne være ... yngre!"

Ein gong eg kom forbanna på trening sa eg noe ufølsomt til ei av jentene eg trene sammen med. Eg huske ikkje ka, bare at eg følte meg stygg etterpå. Hu så ikkje så lei ut, men litt seinare ba eg om unnskyldning. Eg sa at eg hadde hatt ein grusom dag, og at den blei ennå meir grusom då eg lot det gå ut over henna. Og så ga eg ein klem. Ho blei rørt og glad, og da blei eg også glad. Det kan være vanskelig å sei unnskyld når ein burde seia unnskyld. "Det er ikkje nok å sei unnskyld, du må meina det og", har eg hørt. Eg synes det er ennå verre om nogen meiner unnskyld men ikkje seier det.

Håret mitt har masse krøller. Det krøllet seg i puberteten. Då håret blei heilt jævlig i mine øyne, fletta eg fletter eller gikk med hale. Eg ville ikkje bli kalt en "kviit neger" eller "do-kost". Kver dag frem til eg va 17 år gikk eg sånn. Fletter eller hale. Det var veldig lettvtint og trygt. Lærerinna eg hadde i matte på vidaregående va heilt skalla. Ikkje et hår på kroppen. Ein dag fortalte ei anna lærerinne kossen mattelærerinna plutselig dukka opp skalla. Ein genfeil hadde gjort at hu gradvis mista alt hår. Frem til en dag hadde ho hatt parykk. Ingen visste no. Men så gjekk hu lei. Hu gadd ikkje lenger skjula det som var uvanlig. Det var veldig tøft gjort. Hu beundra eg. Så masse at eg slapp håret mitt laust. Ikkje med ein gong, men litt etter litt. Nå er eg glad i håret mitt. Av og til får eg hørre "å så kult hår" eller "nydelige krøller" då blir eg glad. Men så spør nogen rett etterpå "har du prøvd å stritta det med rettetang?" Då blir eg ikkje så glad. Hvis eg svare ja, spør dei; "kossen såg det ut?" og då seie eg; "flatt". Svare eg nei, begynne dei å masa om å få retta håret. "Now why should I want to do that? You just told me you liked my curls..." Ingen av mine beste venner spør om å få gjøra håret mitt meir vanlig.

kvinne 19

Hvis jeg ska klage på no ved kroppen min, må det definitivt bli den svære rumpa mi! Veit jo at endel gutter liker det men det gjør ikke jeg!! Jeg er ganske lav til 17-åring å være, ca.1,62. Og når du er lav OG har stor rumpe, ligger du ganske så dårlig an på lista. Jeg har prøvd alt fra trening til spise-stopp for å få den vekk, men uansett hva jeg gjør så forblir den der den er. Det er vanskelig for meg og godta det, for jeg føler meg mindre verdt enn andre jenter. Noen er så pene, så tynne, så perfekte, og jeg føler ikke at jeg kan måle meg med dem. Jeg vil bare føle meg vel... Og med det mener jeg at rumpa mi er problemet. Jeg kommer aldri til å føle meg pen så lenge den er der.

jente 17

For snart tre år siden fikk jeg brystkreft, og måtte fjerne høyre bryst. Den første tiden etter operasjonen var det naturlig å gå uten protese, siden såret skulle gro. Senere anskaffet jeg meg en løs silikonprotese, men jeg følte meg ikke komfortabel med å gå med den. Jeg vil heller ikke operere inn et silikonbryst under huden, med fare for eventuelt å ikke oppdage ny kul i tide! Jeg har valgt å leve med ett bryst, og har selv ikke problemer med det, det har vært en prosess. Jeg merker at mange synes at jeg er VELDIG modig som tør å gå sånn... Også andre brystkreftopererte har sagt til meg at de ALDRI hadde turt å gå sånn... og DET er kanskje pga. ekstrem (feil) puppefokus i samfunnet. Push-up, dyp kløft, sexy til enhver tid... all undertøy- og bikinireklame rundt i byen, svære billboards på bussholdeplassen...

Brystkreft rammer sååååå mange kvinner, og stadig flere yngre. Selvfølgelig må enhver velge hva man vil gjøre etter en operasjon – få laget et nytt bryst, legge inn løs protese, eller faktisk akseptere at kroppen er forandret... Jeg SER alltid når folk legger merke til at jeg har bare ett bryst. Da tenker jeg, – OK, der så de det, helt greit. I utgangspunktet har jeg ikke noe behov for at andre skal gjøre samme valget som jeg har gjort, men hvis jeg ved mitt valg kan få andre til å akseptere at man ikke trenger å skjule de sårene man har fått i løpet av livet, synes jeg det er fint.

Om jeg er forfengelig??? Da jeg var nyoperert, handlet det selvfølgelig mest om å overleve, kjempe seg gjennom cellegiftbehandlingene, vente spent på at håret skulle gro, etter å ha vært skalla et halvt år... Men forfengelig er jeg kanskje nå - jeg vil kalle det en sunn forfengelighet. Jeg er glad i å sy klær, eller sy om loppemarked-klær – noen ganger lager jeg klær som er kledelig for én-brystede. Noen ganger har jeg på en brosjé akkurat der brystet har vært... Jeg har behov for å føle meg fin, føle meg kvinnelig, også med ett bryst. Jeg har ikke lyst til bare å gå i store telt-gensere for å skjule kroppen min (det burde forresten ikke tykke mennesker gjøre heller...).

I våre dager er det fremdeles en økning av kvinner mellom 18 og 25 år som blåser opp brystene sine med silikon. Jeg spurte legen på siste kontroll om dette, hvordan blir det når disse kvinnene kommer i "brystkreft-alder"... "IKKE BRA", sa hun...

I samfunnet vårt spiller reklamen på folks usikkerhet omkring utseende, og om det bør fikses på, og det tjenes det store penger på!!!

Jeg fylte nylig 40 år, var 37 da jeg ble sjuk. Da jeg var midt oppi cellegiftbehandling, lurte jeg på om jeg kom til å bli 40... vel, jeg lever!! Har feiret LIVET og dagen min med en ekstra skål i år...

kvinne 40

Jeg har alltid hatt veldig sterke negler. De kommer ut fiks ferdige med fransk manikyr. De er altfor sterke til at det noengang var vits i å bite på dem. I steden sørget jeg for å holde noen sår åpne i panna da jeg var ungdom, som jeg piller på med de sterke neglene mine. Skorpene måtte helt av. Før det, hadde jeg tørre flak på leppa som jeg dro av. Nå tar jeg på leppepomade og røyker i steden. Og piller på et sår på haka. Det er ikke ferskenhud som har vært min greie. Jeg er henne med munnen.

kvinne 39

Da jeg var ni år, begynte puppene å vokse. Jeg var den første i klassen, bortsett fra Trude, og vi likte det ikke noe særlig noen av oss. Moren min hadde fortalt meg at hun også hadde vært tidlig ute. Mamma hadde veldig små bryst, så det ble vår felles trøst; det var slett ikke sikkert at vi kom til å få de største puppene i klassen! Tvert i mot, det var nok mest sannsynlig at vi kom til å få de minste, fant vi ut, for det var jo moren min bevis på! Det eneste var at det viste seg at moren til Trude også hadde vært tidlig ute, og hun hadde ganske store pupper... Jeg synes å huske en urovekkende tvil snike seg inn, da Trude fortalte meg dette.

kvinne 33

Jeg og venninna mi skulle på stranda for ikke så lenge siden. Og da la jeg merke til noe. Hun hadde på seg to bikini-overdeler. De satt veldig stramt begge to, og hun har veldig svære bryster, så hun gjør det vel fordi hun ikke liker at de henger. Det ser jo utrolig merkelig ut å ha to overdeler på seg. Jeg har jo spurt henne mange ganger hvorfor hun gjør det, og hun sier det er for at den som er under ikke skal falle av. Lite trolig. Når folk ser henne på stranda med to overdeler tenker de at hun har hengepupper og vil løfte dem med to, noe som ser utrolig dumt ut, de tenker ikke at den ene overdelen holdes opp av den andre.

jente 15

Jeg var ferdig med min sykepleie og jordmorutdannelse, var gift og hadde to barn, fem og to år gamle. Kroppen var litt merket etter to barnefødsler, men var likevel ok. Livet var godt, alderen var 30, og livet lo foran meg sammen med min kjære. En sommer tilbrakte vi i Danmark. Mye god mat, men jeg hadde ingen matlyst, gikk ned i vekt og følte plutselig at noe var galt med kroppen min. I dusjen følte jeg på brystene min – og med undring kjente jeg en klump i venstre bryst. Tilbake i Norge kontaktet jeg min primærlege. Legen handlet raskt, og i løpet av 14 dager fikk jeg time på D.N.R. til prøvetakning. Tankene og følelsene var forvirret. Jeg var jo bare 30 år, det var ikke lenge siden jeg ammet. Men var det ikke noe jeg kunne gjøre?? Nei! Det ble operasjon. Jeg var optimistisk til det siste! Legevisitten før operasjonsdagen mente klumpen i brystet var godartet pga. min unge alder. Så sovnet jeg godt på operasjonsbordet med "lykke til" fra reservelegen, som hadde vært min tidligere sjef.

Hvor lenge operasjonen varte vet jeg ikke, men jeg våknet langsomt, jeg fikk blodoverføring lå med to dren. Så tok jeg meg til brystet – hvor var det? Brystet var fjernet! Kreften hadde spredd seg til lymfeknutene. Et hulrom under venstre arm. Ny beskjed om at de trodde kreften hadde spredd seg til lunge også... tårene kom... alt var svart. Jeg gråt en hel helg.

Mandagen etter kom kontra beskjed – det var en lungeket. Jeg hadde ingen kreft i lungene. Det ble et langt sykehusopphold med strålebehandling og blodoverføringer. Jeg var puskete, og dagen da de fjernet bandasjen var helt "svart". Så stygg jeg var!!! et stort langt arr og helt skrapet. Det ble fem år med kamp mot kreften. Men jeg VANT!!!

Kroppen og livet var forandret. Ingenting ble det samme – og inni meg var det mange rare følelser. En dag på badet satt femåringen i badekaret mens jeg stod på badet og vasket meg. Tårene min begynte å renne, og femåringen spurte hva det var? "Se hvor stygg mamma er blitt uten den puppen", sa jeg. "Neimen det gjør ikke noe – det er ikke verre enn om jeg hadde mistet ett av (to) tærne", fikk jeg som svar. Å hva barn er herlige!! Det var nok flere i familien som hadde vært redde – hva betyr det da å være en-puppet. Jeg hadde jo livet. Årene er godt – det er 37 år siden. Kroppen er ikke hva den var! Men jeg fikk likevel mange gode år – og desserten i livet mitt er barnebarna.

kvinne 67

Mitt forhold til kroppen? Vet ikke helt hva jeg skal si her... Min kropp har alltid vært mer utviklet enn andres. Jeg fikk mensene i 5. klasse, og i 2. klasse fikk jeg den første kvisa mi. Jeg synes alltid det var rart å se at min kropp hadde bulker mens de andre var flate. Men den tiden ble jo fort borte, de andre fikk pupper etter hvert og. Det synes jeg var bra, Men først synes jeg det var drit kult. Det var drit kult med alle de kule bulkene i panna... nå er vi alle ganske like, inni hvertfall.. jeg har alltid sett mye eldre ut en det jeg er... det gjør kanskje at jeg føler meg mer tiltrukket av eldre gutter enn de på min alder. De på min alder er så barnslige. De bråker alltid, de er frekke, de er lave... og det blir vanskelig for meg å sitte på fanget til noen som er dobbelt så liten som meg...

Og uansett hvor mye jeg prøver å like dem så går det ikke.. Jeg liker eldre gutter og det ser ut som at de liker meg og... men noen ganger er det feil og jeg har ikke telling på hvor mange ganger jeg har blitt såra av eldre gutter, De eldre guttene vet jo liksom ikke hva de skal med noen som er mange år mindre enn seg selv. De eldre guttene vil bli kjent med meg fordi de føler seg tiltrukket av kroppen min og ikke meg... men etter hvert blir vi kjent og de begynner å like personligheten min, men gutta som bare er ute etter en ting er ikke bra... da vil jeg ikke ha kontakt med de mer. Fordi jeg er ikke en leke. Og nesten alle jeg treffer får sjokk over alderen min. Det er ikke alltid så bra og bli tatt for mye eldre enn det man er... det eldste jeg har blitt tatt for er den nye dama til pappa.

Skulle noen ganger ønske kroppen min ikke var ferdig utviklet og jeg så ut som om jeg var 14 og ikke 18... De som kjenner meg greier ikke se det for seg at jeg blir tatt som 18... fordi de kjenner personligheten min, og jeg oppfører meg akkurat som alle andre i gjengen min gjør, jeg er tross alt bare 14. Men det er moro noen ganger og, å bli tatt for eldre enn man er. Jeg kommer inn på hvem kino jeg vil og sånne ting. Det er jo alltid fordeler og ulemper med alle ting.

jente 14

"Eg skulle ønske at eg hadde like fine krøllar som du", sa gamle damer og strauk meg over håret då eg var lita. Det var aldri smigrande. Eg ville ikkje vere krølltoppen. Eg ville vere som dei andre, som hadde langt, slett hår som kunne flettast, setjast opp eller danse fritt nedover ryggen. Krøllane mine var så viltre at eg alltid var kortklipt. Dermed vart eg teken for å vere gut.

Eg har framleis mørke krøllar, men no dansar dei fritt. Dei er meg.

kvinne 42

Som barn hadde jeg ofte vondt i hjertet. Jeg turte ikke fortelle det til noen. Det var så flaut at det var noe galt med meg. Samtidig visste jeg at man dør av feil i hjertet. Tanken på at jeg kom til å dø, kjentes som den var umulig å holde ut. Jeg fant et sted å gjemme meg, krøllet meg sammen og holdt det allikevel ut. Jeg er ikke sikker men jeg tror jeg ønsket, langt inni meg et sted, at noen snille skulle finne meg og rolig og forsiktig spørre om det var noe som var galt.

Da jeg var 12-13 år gammel, var jeg klar over at jeg hadde veldig tynne bein. Det plaget meg. Det var pappa som hadde sagt: "at hadde det ikke vært for beina mine, kunne jeg ha vært ok." På skolen måtte jeg alltid passe på så det ikke kom noen kjekke gutter bak meg i trappa, for da ville de se rett på beina mine og se hvor tynne de virkelig var. Heldigvis hadde jeg to greie venninner. Ofte om kvelden når vi gikk og slang i gatene, ba jeg dem være helt ærlige og si hvordan det sto til med beina mine. De gikk bak meg for etter en stund å si at de synes beina mine var fine. Så måtte jeg gjøre det samme for dem, bare at de syntes at de hadde for tykke bein. I dag 40 år etter, er jeg glad for beina mine, mange har gitt meg komplimenter for de fine slanke beina mine.

kvinne 56

Siden jeg var sånn ca. rundt tolv år gammel, har jeg syntes at jeg var feit og stygg. Selv om jeg kanskje ikke har vist mine usikkerheter ang. meg selv, så har de alltid vært der. Og om jeg hadde dager der jeg følte meg relativt bra, nesten litt pen også, så var det alltid en plakat, reklame, annonse eller noe sånt med tynne perfekte modeller som brutalt rev ned den lille selvfølelsen jeg hadde karet til meg. Men nå, snart ti år senere har jeg endelig klart å akseptere at jeg er akkurat den jeg er. Takket være en kjempegod venn (som senere har blitt min kjæreste), kan jeg se meg selv i speilet og si at "jeg er vakker!". Han fikk meg til å forstå at skjønnhet virkelig kommer innenfra, for det er på grunn av din indre skjønnhet at du automatisk blir vakker utad også.

jente 21

Fregner. Finnes det noe VERRE enn fregner? Nei jeg syns ikke det. Jeg har de overalt! I ansiktet, på ryggen, på låra, overalt! Jeg ser ut som en stygg dalmatiner! Foreldra mine sier jeg er pen med fregner. Men jeg blir jo mobba for det, så da må de jo ta feil!!! Hvorfor måtte akkurat JEG bli født med fregner? Hvorfor ingen andre? Ingen gutter ser på meg, bare på de andre jentene. Det må være pga. fregnene... Jeg dekker hele ansiktet med brunkrem, men resten av kroppen er fremdeles full av prikker, det ser bare dumt ut!! Men jeg har hørt at man kan ta laserstråle for å få dem vekk. Det blir det første som skal bli gjort når jeg fyller 18!

jente 16

Jeg hadde en venninne en gang. Hun var ganske skeptisk til utlendinger. Men noe hun ikke visste var at jeg var halvt utlending. Da vi blei venner trodde jeg kanskje henne hadde kommet over den utlendingsfobien sin, men det hadde hun ikke. Hun visste bare ikke at jeg var en utlending. Da vi skulle bytte skole fra barneskole til ungdomsskole var det to alternativer. En helt ny skole som bare var to år gammel og lå litt langt unna eller en gammel stygg skole med dårlig miljø som lå like ved barneskolen. Henne, meg og en gutt var de eneste fra vår skole som skulle begynne på den nye skolen. I sommerferien ble vi ekstra gode venner og var sammen nesten hver dag. Vi lånte en båt og dro på strender der det pleide å være kjekke gutter og vi koste oss veldig. Jeg sov hos henne mange dager på rad så til slutt vikk jeg men egen skuff til å ha tinga mine i så jeg slapp å dra de med hjem å tilbake osv. Da skolestart nærmet seg ville hun ikke være med meg mer. Jeg skjønte overhodet ikke hva jeg hadde gjort. Men så skulle jeg på ferie så jeg kunne ikke tenke mer på det. Da jeg kom hjem var det bare en dag jeg kunne slappe av før skolen begynte. Jeg gruet meg litt til å begynne på skolen. Jeg hadde jo aldri vært der før og jeg kjente jo ingen andre enn venninna mi som ikke lenger var venninna mi. Jeg kjente jo den gutten som også skulle begynne der godt da, men det var det eneste. Nå skjønte jeg grunnen. Henne hadde fått vite at jeg var en utlending. Etterhvert så fikk henne seg noen nye venner og det fikk jeg også. Etter det har vi ikke pleid å snakke noe særlig mer sammen. Bortsett fra de gangene jeg spurte henne om jeg kunne få tilbake tinga mine som lå hjemme hos henne i den skuffen. De tinga har jeg enda ikke fått og det, er ca. ett år siden nå.

jente 13

Jeg husker da jeg var liten, jeg likte ikke å ha langt hår. Så når håret hadde blitt så langt at det gikk over ørekanten var det på tide å klippe seg. Meg og bestevennen min pleide å gjøre alt ting sammen, så vi hadde begge kort hår. Det var veldig kjekt, fordi da trengte vi ikke å bruke så lang tid med å klippe meg, vi brukte bare en maskin og etter to minutter var alt vekk.

Etter som jeg ble eldre ble jeg vant til at håret gikk over ørekanten, og jeg fikk litt lengre hår. Men meg og bestevennen min fortsatte å ha kort hår. Litt etter litt gikk det lenger tid mellom jeg klippet håret. Etterhvert orket jeg ikke å klippe meg så masse så jeg prøvde å spare litt, da håret hadde blitt litt langt begynte det å krølle seg. Jeg hadde ikke hatt krøller før så jeg syntes det var litt morsomt.

Etterhvert begynte det å krølle seg mer og mer, som en liten afro. Onkelen min likte håret min veldig, så han sa; "du får 500 kr. hvis jeg klipper meg før deg!"

Jeg begynte å like håret mitt, og at jeg fikk 500 kr. får å ha det, var ganske gøy.

Etterhvert fikk jeg større og større afro, jeg merket at flere begynte å like meg.

Jeg fikk en del nye venner, det var mange som spurte om å kjenne på håret mitt også folk jeg nesten ikke kjente. Som en dag da jeg satt hjemme på dataen, så ringte en kamerat å spurte om jeg kunne komme oppover en tur, så var det en venninne av han der, som spurte; " Kan jeg få kjenne på håret ditt da??"

Jeg viste hvem hu var, men jeg hadde aldri snakket meg henne på skolen før.

Jeg hadde ikke lyst til å klippe meg mer, jeg ville se hvor stor afro jeg kunne få før håret begynte å legge seg.

Tanten min og en venninne av hu, sa at jeg skulle så 500 kr. av de hver. Nå hadde håret mitt blitt ganske stort, og begynte å legge seg litt. Jeg kjørte en del crosser og hver gang jeg hadde vært ute og kjørt, så lå håret mitt rett ned fordi jeg hadde på meg hjelm.

Da sommeren nærmet seg lå håret nesten helt ned og jeg gledet meg til å klippe håret. Det var ganske irriterende å ha så langt hår når man badet fordi, under vann gikk håret hele tiden foran øynene. Jeg kunne velge å gå til frisøren eller la tanten min klippe meg, det var ett stykke inn til byen så jeg orket ikke dra dit. Jeg visste ikke helt hvordan vi skulle klippe håret, så vi tok bare og strakk ut krøllene og klippet like langt på hver. Da ble håret mitt akkurat sånn jeg likte det, ikke så kort, men ikke langt heller.

Det begynte vel i -72 da startet det med masse smerter i rygg og armer. Vondt i føttene mine. Jeg jobbet i tungindustri så gikk jeg en del sykemeldt. Jeg begynte i militæret i -74, da hadde jeg det faktisk det bra i tre år, mens jeg var i militæret. Så flyttet til hjemstedkommunen. Giffet meg i -78. På høsten samme året fikk jeg store smerter på høyre side. Da var jeg inne på sykehuset og tok noen prøver så fant de en stor kul, da ble jeg lagt inn på sykehuset våren -79. De ut at jeg hadde en sykdom som heter nervofibermatose. I -79 begynte jeg å jobbe i tungindustrien igjen. Da kom smertene tilbake. I -83 hadde jeg en stor ryggopperasjon. I -85 fant de en stor kul i magen, som jeg opererte. Da så de at tarmene var fulle av den nervofibermatose, da måtte de operere store deler av tarmen. Jeg gikk delvis i jobb og delvis sykemeldt fram til -92 da ble jeg uføretrygget. Tidlig høsten 2005 fikk jeg en ny hevelse på høyre side med fortsatt store smerter. I våres fant de en ny hevelse, som de anbefaler å ikke operere på grunn av fare for å miste hørsel og ansiktsnerver. Jeg prøver å leve med smertene. Hvis jeg får mye mer smerter vil de vurdere det på nytt igjen.

Til daglig har jeg det ganske bra. Men av og til blir jeg bekymret for hvordan den kan utvikle seg i fremtiden. For kulene kan bli ondartet. Derfor må jeg til årlig kontroll hos kreftavdeling. Den sykdommen er arvelig. Sønnen min har fått samme sykdommen. Ha er 25. Han fikk en stor kul oppå hodet da han var 20.

Jeg får en del angst på grunn av hodepine. Vet ikke før om morgen hvordan formen er. Så blir jeg til tider veldig fort sliten. Det er ikke alle leger som kan nok om sykdommen. Enkelte leger må bla om i boka si for å finne ut om sykdommen. Både fastlegen min og kreftavdelingen på sykehuset kan mye om sykdommen nå. Sykdommen kan komme via arv eller kan den oppstå som en mutasjon. Det fins ikke medisin mot det. Det må bare opereres. Jeg har en veldig lett variant. Enkelte må sitte i rullestol. Noen mister synet.

mann 53

Som barn var jeg tynn: bønnestengel – planke – beinrangel – spett – flat som ei fjøl – mer gutt enn jente. 20 år –slank. 30 år –den ene dietten etter den andre, slank. 40 år –overgangsalder nærmer seg og hormonene rører på seg. Det hadde jeg ikke ventet. Litt rundere, mer stappa. Sunnere og sunnere mat. 50 år –formene holder seg, ingen diett hjelper, HJELP!!!! Kroppen lever sitt eget liv. Nå – 60 år – glad for å ha en kropp som kan gå tur, bade, sykle, spise og kose seg. Glad for å ha et liv. Nogenlunde sunn og frisk. Det viktigste; godt humør og god helse!!! Endelig fornøyd.

kvinne 59

"Rødt hår og fregner, få`kke tisse når det regner!" Min barndoms gjennomgangs "melodi!" Ja, jeg hadde rødt hår og fregner hadde jeg også, og det var ikke bra i ei lita "Jante-bygd" på 50-tallet.

For å telle HELT med skulle du være lys eller mørk, bli brun og være pen.

Ikke noe av dette stemte for meg, jeg var annenrangs og måtte finne andre måter å hevde meg på.

Jeg var heldigvis flink på skolen, en av de beste i matte, flink til å lære salmevers utenat og skrev bra stiler. I gym var jeg sånn passe. Lesefagene var ei mare, husket sjelden hva jeg hadde lest på i leksa. Husker en gang jeg juksa ved å holde boka inni atlasen når jeg måtte opp på tavla for å bli hørt og læreren sto bakerst i klassen. Jeg var livredd for å bli oppdaget, men enda reddere for ikke å kunne svare.

På tross av mitt røde hår var jeg populær i venneflokk, jeg var munnrapp og til tider litt frekk, det solgte.

Men jeg var ikke døpt, fordi foreldrene mine tilhørte en frimenighet. Så klassekameratene kalte meg med forskjellige navn. For når jeg ikke var døpt, trodde de at jeg ikke hadde fått navn, jeg hadde jo ikke dåpsattest.

Jeg var bestandig forelsket i en av guttene på skolen. I første klasse løp jeg og bestevenninden min etter hver vår gutt hjem fra skolen. Vi skulle klemme dem, men guttene den gang syntes det var flaut å bli klemt. Så tidlig kom vi aldri ellers hjem fra skolen som den dagen.

Mange av ungene i bygda gikk på to søndagsskoler. Metodistkirken først og så til pinsevennene. Der hadde vi stor barnemusikk med bygdas unger.

Mitt mål var å holde sangboka for hun som spilte gitar, og med årene oppnådde jeg den "fremskutte" posisjonen.

Jeg var ekstremt kresen i matveien. Tanten min har sagt at det er havrgrøten som har reddet livet mitt. Jeg spiste havregrøt med melk og mye sukker før jeg gikk om morgenen. Grøten kokte moren min mens jeg vasket og kledde på meg.

Så smurte hun niste. Men hvis gaudaosten var blitt svett, spiste jeg den ikke.

Og hvis leverposteien var blitt brun i kanten spiste jeg den ikke.

Det tryggeste var syltetøy mellom to skiver.

Grønnsaker bare så jeg på, og når mamma ba meg smake på noe, for å finne ut om jeg likte det svarte jeg: "Jeg SER på det at jeg ikke liker det" Den evnen hender det jeg påberoper meg i dag også.

Melk var noe av det verste, for jeg MÅTTE drikke ett glass om dagen. Det sto igjen når jeg hadde spist meg mett, så noen ganger tok de tiden på meg, hvor fort jeg kunne greie å drikke det opp, andre ganger fikk jeg betaling for å drikke det opp.

Nå er jeg blitt så stor at jeg selv kan bestemme om jeg vil drikke melk, så jeg drikker ikke melk (melk er kvalmt, jeg brekker meg når jeg tenker på det).

Noe annet som er kvalmt er kokte plommer eller kirsebær. Hvis vi hadde saftsuppe hjemme, silte moren min suppe, så jeg fikk bare det tynne. Alt fett på koteletter skar jeg møysommelig bort eller spyttet ut. Hver sommer gikk jeg ned i vekt, da var det hoppetau, paradis, bading og sykling både hit og dit.

Når jeg tenker tilbake var jeg en svært aktiv liten jente, som hadde mange venner. Vi hadde ikke TV og data, så det var Barnetimen for de minste med Alf Prøysen om morgenen, og så var det Barnetimen på lørdag kl. 1800, hvor alle satt benket rundt bordet i stua. Da var det kakao med krem og mammas hjemmebakke brød.

Konklusjon: Det var mye som var bra i 50-åra.

Hva skal JEG spise?

Hva skal jeg SPISE?

HVA skal jeg spise?

For mange år siden spiste jeg alt mulig, uten å tenke over hva mat kan gjøre med kroppen. En dag sa økonomien min at jeg bare kunne spise grønnsaker, frukt og fisk, kjøtt ble for dyrt. En lillejulaften hjemme hos mamma var svineribba ferdig, sprø og varm, jeg bare måtte smake den sprø svoren! Mmmmmm såååå deilig!!!! Oops! Jeg kastet opp alt sammen!!! Kroppen min tålte ikke kjøtt lenger, den var blitt for ren, av grønnsaker og fisk. Så kom tanken: kan jeg rense kroppen med det jeg spiser? Kan jeg holde meg ung - utsette aldringen??? Verdt å prøve!

Slutt på posesupper og annen ferdiglaget mat på bokser og i poser, slutt med alle 210 og 211, slutt med ferdiglaget kylling. Nå ble alt (nesten) laget fra bunnen av. Så kom hjemmebakket brød, ut med hvete og inn med spelt. Ut med pizzaen.

Så kom økologisk mat – ut med alkohol, mer vann. Inn med antioksidanter og mineraler. Og ungdomsvitaminet E! Mindre kaffe og te. Syre – base – balanse. Så kom blodtypedietten!!! Proteiner – hjemmelaget yougurt – glutenfri havre – nøtter og frø – ut med melk inn med soyamelk, rismelk, havremelk.

Ut med hvitt sukker – inn med brunt.

Ut med brunt – inn med fruktose.

Ut med fruktose – inn med stevia...

Nå er kroppen så ren at den tåler nesten ikke mat!!!!!!!!!!!!

Så HVA skal JEG SPISE?

Og likevel blir jeg eldre!

Da jeg var ni måneder gammel, fikk jeg kokende vann over min venstre side. Derfor har jeg et ganske stort arr etter brannsåret på den venstre armen min. Det har alltid vært der, så lenge jeg kan huske. Noen har foreslått at jeg skal fjerne det, "nå er det vel på tide at du fikser den armen din", sier de. Men det kunne jeg aldri gjort. Arret gjør meg helt spesiell, jeg har noe som ingen annen har likt. Mange ser på armen min, men ikke så mange tør å spørre. Ihvertfall ikke voksne. Noen tror jeg har designet mønsteret selv, og lurer på hvor mye jeg betalte for det. Dette var når det var in med scarification, det er ikke så mange som er opptatt av det nå. Mange har lyst til å ta på det, og det må de jo få lov til. Det er en viktig del av meg. Noen ganger kan jeg nesten føle at det er som et smykke. Et spesielt smykke, som gjør at jeg aldri blir helt, helt kjedelig.

kvinne 30

Kropp... det er jeg veldig opptatt av og jeg jobber mye med kropp i fysiske workshops med ungdom over hele Østlandet. Når de har altfor store kropper i alt for trange klær, eller alt for små kropper i alt for store klær, står de der kjeitete ved siden av hverandre, og har nettopp funnet ut at det er et eller annet ved det annet kjønn...

det er da jeg bruker en og en halv time med fysisk teateroppvarming og stemme jag på å få oppmerksomheten inn i kroppen og inn i bevegelsen.

Og da opplever jeg at ungdommen får en helt ny sjøltillit og blir bevisst seg selv. Kanskje blir man helere?

Sjøl har jeg det akkurat sånn... jeg bruker kroppens egne spontane bevegelser, gjerne med dans, til å komme nærmere meg selv og mitt genuine uttrykk.

mann

Etter et par turer til Malmö hvor jeg fikk høre skånsk, hadde jeg ingen problemer med å uttale meg at jeg mislikte skånsk dialekt. Det var så rart og vanskelig å forstå. Jeg ble veldig overrasket da flere nordmenn lurte på om jeg var skånsk. De syntes at jeg prater rart og er vanskelig å forstå fordi jeg er engelsk, og snakker en blanding av dansk og norsk. Da fikk jeg vel som fortjent.

Da jeg var 11 og gikk på kostskole var tommelen min beste venn. Alle hadde gode ideer for hvordan jeg skulle slutte å sutte på tommelen. Mine foreldre prøvde å bestikke meg med morsomme båtturer for å slutte. Ikke lang tid senere kom tommelen tilbake. Du vil kanskje lure på om jeg ble mobbet på skolen for det? Det ble jeg. Men fordi jeg visste jeg kunne slutte hvis jeg ville så brydde jeg meg ikke. Det virket som om ingen forstod hvor herlig det var å sutte på tommelen.

Foreldrene mine ga seg først da min onkel, en respektabel familielege, sa til dem; "Slutt å plage ham. Jeg sutter på pipe, han sutter på tommel. Det er samme sak."

Jeg stoppet sikkert to år senere fordi jeg følte for det. Men jeg biter enda negler.

mann 50

Sorgen var stor da gullfisken til broren min fløt livløs når han kom hjem fra skolen. Sammen med Mor gjorde han i stand en verdig begravelse. Han gravde hull i blomsterbedet og fant en fin liten eske som han la bomull i. Men da de skulle hente fisken svømte den rundt bollen som om ingenting var skjedd! Han ble så glad.

Noen uker senere døde fisken igjen. Da han sørgmodig fortalte Mor de triste nyhetene, spurte hun om han var sikker på at den var død. Det var han. "Fisken flyter med magen opp." Men da de skulle hente fisken var den levende.

Gullfisken døde slik to ganger til.

Den neste gangen fisken lå slik kikket broren min på den nøye, veldig lenge. Da han var helt sikker på at den var død spylte han den ned i toalettet uten å fortelle Mor.

mann 27

Ok, her er greia. Nå i litt over et halvt år så har jeg ofte blitt tatt for å være jente. Det kan høres litt merkelig ut men jeg skal forklare det litt nærmere.

For det hele begynte når jeg skulle være leder på barneleir sammen med noen venner. Vi var noen som hadde meldt oss på som ungdomsledere. Vi var veldig spente på hvordan det ville bli siden de fleste av oss ikke hadde så mye erfaring med nettopp dette. Så vi møtte tidlig opp for å ta imot barna og foreldrene deres, og når alle hadde klemt sine kjære og sagt hade til foreldrene, så hadde vi gjort klar til første måltid, kvelds.

Jeg var så heldig at jeg havnet på bord med en haug småjenter som hvasket og fniste, slik de pleier i den alderen. Jeg følte meg litt utilpass uten vennene mine til å støtte meg til, og nettopp mens jeg satt og tenkte på dette så ser jenta tvers over bordet rett på meg i noe som føltes en smertefull evighet før hun smiler søtt og sier; "Først trodde jeg du var en... du bør klippe deg!"

Mine venner som hadde overhørt kommentaren sprutet ut i latter, og jeg ble rød og svett og visste ikke helt hvor jeg skulle gjøre av meg.

Det samme gjentok seg når jeg var på et 1. mai stevne i nærområdet. Jeg hadde stått lenge i pøsekø, og prøvde å komme meg gjennom køen bak meg mens jeg balanserte en pølse og en brus. Midt i kaoset så presser jeg meg forbi en mor med mange barn, og hører bare at hun roper til dem på kav sunnmørsk; "Gjør no plass for ho dama der da." Det var virkelig pinlig. Jeg visste ikke om jeg skulle være mest fornærma over at hun kalte meg dame, eller at hun syntes at det var nødvendig å gjøre plass.

Videre i historien så var jeg nettopp i Latvia og besøkte en kirke som driver arbeid blant fattige i byen og prøver og få dem rustrie samtidig som de driver misjon. Så der skulle jeg igjen være leder på en barneleir sammen med min egen familie og flere.

Så når vi kom dit så begynte jeg å snakke litt med noen gutter på min alder og vi ble ganske godt kjent, men plutselig merket jeg at de omtalte meg som henne. Det var veldig merkelig selv om det hadde skjedd flere ganger før, så jeg bare lata som jeg ble veldig opptatt og måtte gå. Senere så var det ganske vittig å se ansiktsuttrykket når en av dem møtte meg på herredoen. Han sto og vasket hendene mens jeg kom ut fra en bås. Han så veldig sjokka ut.

Og apropos herredo. For der borte så var vi på leiren hele dagen, og reiste til kirka og sov om natten. Så sent en natt så skulle jeg på do, så jeg åpner døra og der sto en av vaskedamene og vaska gulvet. Så jeg prøvde med litt engelsk og mye fingerspråk å spørre om jeg kunne bruke toalettet. Hun så rart på meg å sa: "Frau!", mens hun pekte på dametoalettet ved siden av.

Så jeg prøvde å forklare at jeg var gutt og om jeg bare kunne bruke doen, men hun var fast bestemt på at jeg var jente. Det var veldig flaut, og når jeg fortalte det til de andre så lo de masse og tullet med at det var fint å få en venninne til, og at vi ikke måtte klemme og kose så mye mer for da ville folk tro vi var lesbiske. Samtidig fikk jeg tilnavn som Olga og Oline.

Når jeg nå omsider har kommet hjem så har jeg fått klippet håret og prøver å vise meg fra mine maskuline sider. Men man vet aldri....

gutt 17

Vi var venninner gjennom hele barndommen. Som barn flest likte vi å imponere hverandre, og konkurrerte om det meste. Vi konkurrerte om alt fra hvem som hadde lengst hår, til hvem som kunne stå lengst på hendene. Vi snakket aldri stygt om den som "tapte", vi konsentrerte oss om å rose den som vant.

En kveld hun skulle overnatte hos meg, sa hun; "trekk inn magen alt du kan."

Jeg var i grunnen vant til å holde inne magen, så det var ikke noe vanskelig for meg. "Nå skal jeg blåse opp min mage alt jeg kan", sa hun fornøyd.

Hun stilte seg ved siden av meg, og begynte å flire hånlige; "Du har MYE større mage en meg, selv om du trekker din inn og jeg blåser min opp alt jeg kan."

Vennskapet vårt ble aldri helt det samme etter denne hendelsen. Hver gang hun var i nærheten knyttet jeg armene over magen min, og trakk den inn alt jeg kunne.

jente 17

Mange folk snakker om press og om hvordan mange mennesker lar seg påvirke av omgivelser og vennekreter. Egentlig vil jeg si at det hele med å bli påvirket av vennekreter og liknende er veldig vanlig, men helt klart til en viss grad.

Jeg velger å tro at veldig, veldig mange unge mennesker har følt seg presset i det øyeblikket der de tar sin første røyk, eller den kvelden de velger å drikke seg full på øl, selv om det egentlig ikke er noe godt. Her har vi et eksempel på røyke- og drikkepress. Vi kan selvfølgelig ta eksempler på flere "presskategorier", men la oss sløyfe det. I denne teksten vil jeg prøve å fortelle litt om hvordan man kan oppleve det jeg velger å kalle "klespress".

Veldig mange foretrekker å kle seg litt diskret. Typisk jeans, belte og genser hver dag, og alltid håret i en hestehale. Jeg skal ærlig innrømme at jeg ikke synes dette er en veldig spennende stil. Videre vil jeg og innrømme at jeg selv hadde den stilen en periode tilbake i livet mitt. Jeg vet egentlig ikke om jeg vil velge å kalle det en stil. Ikke fordi det er noe dårlig eller teit å gå slikt kledd, men kun fordi det er lite kreativt. Jeg vet at det faktisk krever ganske mye "guts" for å gå med en veldig opplysende bukse og skille seg veldig ut, og jeg vet at mange føler seg ubekvem i eventuelle tilfeller som dette. Jeg vil si at dette har mye med selvtillit å gjøre.

Den perioden jeg kledde meg så diskret som mulig hadde jeg lite tro på meg selv, og ja, jeg hadde veldig dårlig selvtillit. Det som faktisk løftet den var at jeg fikk en kjæreste. En kjæreste som kunne fortelle meg at jeg var fin, og som kunne få meg til å ha litt mer tro på meg selv. Han lærte meg mye om meg selv og hvordan man kan møte mennesker på en mer avslappet måte. Han lærte meg at det eneste som burde bety noe når jeg foreksempel skulle kjøpe klær, var at jeg skulle føle meg vel. Det rådet har jeg tatt veldig til ettertanke og jeg ser stor forskjell på selvfølelsen. Når man kan føle seg vel får man automatisk mer utstråling og man ser litt bedre ut, i og med at man virker mer "fresh". Dette har jeg selv erfart!

Jeg gikk fra å ha veldig alminnelig stil til å prøve ut nye og såkalte "freakye" plagg, noe jeg nå liker godt. Det er godt å kunne føle seg trygg på å faktisk av og til skille seg ut fra folkemengden, fordi man går med noe som kanskje ikke er så vanlig å hå på seg, eller fordi man kombinerer de klærne man har på en annerledes måte enn mange andre. Da, for meg, viser man mot og styrke. Mot til å vise at man tør å våge og har styrke til å stå for at man liker det som ikke er "in"... hvis jeg kan si det på den måten.

Og da er det vel ennå mer gøy å kunne sy sine egne klær, i og med at de sikkert ser mer annerledes ut enn de skreddersydde klærne til alle merkeprodusentene.

Da jeg var 17 år hadde jeg langt hår ned til livet, inntil jeg en dag satt bak en gutt som var helt snauklipt. Jeg ble så fascinert av hvor fin han var med kort hår, at jeg fikk en venninne til å klippe meg samme kveld.

Dessverre ble jeg ikke like fin som den gutten, men jeg så til gjengjeld tydeligvis ut som en...

Moren min gikk rett forbi meg på togstasjonen da jeg skulle møte henne, men hadde lagt merke til en pen gutt som så på henne.

Faren min trodde jeg hadde fått en ny kjæreste jeg ville vise frem, da jeg sendte ham et bilde av den nye hårklippen.

Jeg kjente heller ikke ordentlig igjen meg selv i speilet. Det var sterkt å oppleve hvor stor del av identiteten som var knyttet til håret, og hvordan hele uttrykket mitt endret seg ved at håret var borte. Jeg fikk en slags identitetskrise egentlig.

Jeg utviklet voldsomt eksem på hendene da jeg holdt på å fullføre utdannelsen. Det klødde og sved, og hendene var røde og hovne med klumper og små blemmer. Forferdelig vondt, i tillegg til å være veldig upraktisk når alt jeg skulle gjøre var avhengig av presist håndverk.

Det verste var nok likevel at jeg følte meg frastøtende. Jeg skammet meg over å se sånn ut. Med de hendene skulle jeg møte andre mennesker, nye mennesker. Jeg følte meg fanget og hemmet.

Den praktiske løsningen for å klare å arbeide, var at jeg jobbet med hvite bomullshansker på. Etterhvert brukte jeg dem hele tiden, i flere måneder. Med dem på klarte jeg til en viss grad å skyve de negative tankene vekk, og slippe å bli kvalm ved synet av mine egne hender. Stress er en viktig faktor ved eksem, og jeg trengte fri fra å se eksemet for å klare å ikke fokusere på det og la det stresse meg enda mer. Det plaget meg ikke å fortelle folk om det, så lenge jeg kunne skjule det.

kvinne 28

Jeg er tolv år og sitter på gjerdet ved skolegården sammen med mine to venninner. Det er en stor dag. Kristina har oppdaget de etterlengtede "klumpene" i brystene sine. Nå vet vi at hennes kvinnelighet er underveis. Kroppen har startet. Hanne og jeg får kjenne. Jeg har en stor lengsel etter at dette øyeblikket skal komme med meg i hovedrollen. Lengselen etter pupper. Den startet tidlig. Lenge var den god, fordi vi var alle like flate og delte fullstendig drømmene og fantaseringen. Utallige ganger ble bikinitopper fylt med nitidig pakket og foldet bomull, for så å bli spent fast under kroppsnær busnell genser. Slik gikk vi, flere i følge, for å handle tyggis på butikken. Ble helt ør i hodet av lykke over kassadamens blick på mine struttende former som avslørte seg under genseren...

Jeg husker med rødme i kinna følelsen når jeg kun dager senere var med mamma i samme butikk, denne gang naturlig flat, og kassadamens avslørende blick....

Jeg er tretten år, det er vinter og jeg er på skoledisko. Det er varmt i lokalet fra diskolys, dans og mennesker. Jeg har på meg en hjemmestrikket "Peer Spook" genser i ull og "Millet" dunvest. Jeg nekter å ta det av meg til tross for at jeg koker. Ingen skal se at jeg er flat.

Jeg er fjorten år og sitter i stua sammen med mamma. Jeg gråter. Hun sier at alt vil bli bra. Jeg tror henne ikke. Jeg vet at hun ikke forstår. Jeg har innviet henne i min store frustrasjon over at alle andre nå er i ferd med å få tydelige former, noen allerede så godt som kvinner. Jeg er absolutt like flat. Jeg vet jeg er den siste, og det er liksom ingen tegn der under huden. Min tilværelse er så utrolig preget av dette. Jeg føler meg alene i verden, og lover med hellig skrift i min dagbok at dersom jeg noen gang får en datter så skal jeg virkelig forstå...

Jeg er femten og stormforelsket i bestekameraten til min storebror. En natt drømmer jeg at vi er sammen. Det er deilig. Han holder meg, jeg holder han og vi kysser. Han smeiker meg på magen, og det føles så utrolig godt, hendene finner frem under genseren og er på vei opp til mine bryster. Drømmen vender - hendene famler, de leter, famler igjen, finner ingenting... Jeg våkner med ett skrik og er helt anpusten. Marerittet setter slike spor at jeg mister forelskelsens styrke. Jeg tror ikke lenger på muligheten.

Jeg er seksten år når jeg får menstruasjonen for første gang. Jeg er sistemann, og full av skam. Har lengtet etter dette så uendelig lenge. Det går mange måneder før jeg menstruerer igjen. Jeg venter på meg selv som kvinne.

Jeg er tyve når jeg får diagnosen hos legen, om at jeg har ett syndrom som gjør at jeg menstruerer veldig sjelden. En til to ganger i året. Alle synes jeg er heldig. Jeg gjør ikke det. Jeg tror jeg er mindre kvinne. Jeg tror jeg er uren fordi livmoren ikke tømmer seg en gang i måneden.

Jeg er trettitre når jeg finner ut at kroppen min har klart å ta imot det befruktede egget med hjelp fra fertilitetsklinikken. Jeg er overstadig undrende i hele svangerskapet og har vanskelig for å tro at det er sant. Jeg er så full av beundring for kroppen min som bare gjør jobben med å lage dette barnet. Jeg elsker den hver dag, mange ganger om dagen. Jeg synes jeg er vakker. Vakrere enn noen gang i hele mitt liv. Jeg føler meg for første gang fullstendig som KVINNE.

Jeg er trettifem og mor til ei datter som er ett år. Jeg er takknemlig for hele opplevelsen med å bære frem ett barn, og siden være ammende mor. Jeg har blitt kjent med kroppen min på en dyp måte. Kroppen som nå er forandret. Alle klær fra før svangerskapet føles feil på kroppen i dag. Jeg føler meg vakker naken, og føler meg utilpass i klær fra tidligere tider.

Jeg tenker at HUN er hele meningen MED livet, kunst og annet gir mening I livet. Jeg tenker også at det er stor sannsynlighet for at jeg vil bli påminnet og hjemsøkt av min egen fortids spøkelser gjennom å følge min datter. Utfordringen blir å la historie være historie, og la dette nye mennesket få den plassen som er naturlig for henne til å fokusere og å bli kjent med egen kropp. Jeg ønsker for henne at hun skal lære å bli glad i den - slik den er - og ønske å utvikle de muligheter den gir henne.

kvinne 35

Første gang jeg brukte leppestift var jeg 19 år. Dette fordi jeg jobbet i et parfymeri og vi måtte se pene ut. Siden den gangen bruker jeg leppestift hver eneste dag, og har en leppestift i alle håndveskene (jeg har flere håndvesker, men dette er en annen historie). Uten leppestift føler jeg meg naken. Leppestift får meg til å føle meg pen og velkledd.

kvinne 40

En nett liten jente i 20-årene halvløper forbi meg på gaten. Det lange gyldne håret flagrer etter henne som sommer skyer. Igjen faller blikket på butikkvinduene. Klærne er ikke det som blir iakttatt, men ansiktet mitt. Runde kinn, store lepper, og spiss hake. Men ikke den rette spisse haken. Genseren bulker seg lett over midten på magen. Visste jeg ikke skulle tatt på den buksen. Røde striper lyser i øynene mine gjennom vinduet, den genseren må jeg bare ha!

Den samme jenta smiler strålende mot meg idet dørklokken varsler "feit kunde i butikken". Hendene mine tar tak i genseren, "kunne jeg hjulpet deg med noe?". Stemmen er mild og fjern som den er styrt til å være, myk og god. - Hjulpet meg med noe? Joda, fortell meg hvordan jeg blir sååå smal rundt livet du, eller at frontpartiet er så fast, at det ikke trenger noen beholder eller fastklemming ved løping. "Jooo, jaaa..", nøler stemmen min, "har du denne i XL? Tror nemlig jeg må ha det..." Hendene hennes med de lange hvite designerneglene spriker ut når de lett fastslår at det aldri egentlig har funnet noe XL i butikken, "nei dessverre".

Bare jeg hadde fått plass i den genseren, eller få plass det gjør jeg. Men det å likne på en forvokst student med dårlig råd har jeg ingen interesse av. Alt hadde ordnet seg da. ALT! Litt mindre pupper så de ikke spretter ut bare av å bevege meg litt for fort fremover. Det er egentlig der hele mitt ønske ligger. Men så tenker jeg på alt de har kalt det. Pamela var hyppig brukt. Plakater på gutterommene på den tiden med henne var jo noe av det heiteste. Så hvorfor var det så pinlig å vise seg frem, på stranda, i gymmen. Redd for hva alle skulle tro. Men hva trodde dem da? Bare at jeg sikkert var flott i bikini på ungdomskolen, og hva er farlig med det?

Men likevel står den slemmeste mobberen av de alle bak meg og sier at jeg burde skamme meg. Mobberen drar ikke fra meg før jeg en dag ser ironien i det hele. At alle vil forandre på noe, alle ønsker noe mer eller mindre av seg selv. Så hvorfor ikke ønske seg bort fra den største mobberen. Deg selv!

kvinne 21

Da jeg vokste opp var jeg den tynneste jenta i gata. Ofte ropte barn og ungdommer fra andre gater i nærheten; "armer og ben, du æ'kke no pen". Vi vokste opp, og det ble etterhvert helt ok og være slank. Men jeg ønsket meg så veldig en fyldig og deilig sprettrompe... Jeg fant etterhvert ut at det kunne løses ved å ta på alle trusene mine på en gang. Jeg fikk mange beundrende blikk for den rompa!

Som voksen har vekta mi svinga litt som følge av barnefødsler og mer eller mindre trening. Det merkelige er at inni hodet mitt er jeg fremdeles tynn som en flis.

Jeg har hatt mange sjokk i prøverom rundt omkring når jeg ser fra alle kanter hvordan jeg virkelig ser ut. Jeg tenker at jeg må holde litt igjen, og gå litt mer tur... helt til jeg passerer Narvesen, og jeg bare mååå ha en Snickers...

kvinne 37

Usikker er den beste forklaring av min personlighet. Og det er mest på grunn av forholdet mitt til kroppen og utseendet mitt. Det hele begynte med faren min som ikke er noe pappa. Jeg var stygg i hans øyne. Så flyttet jeg til Norge, der hjalp det ikke stort mer, siden jeg var utenlandsk og derfor fremmed. I den lille bygda på Birkeland er det ikke lett å vokse opp, spesielt ikke med dårlig selvtillit.

Jeg ble banket opp fordi jeg var stygg. Så blodet rant og jeg hadde konstant blåmerker. Alle barna i nabolaget spyttet på meg og kastet små steiner.

"Du er så stygg!" pleide de å rope, "ENGELSK HORE DU ER EKKEL OG STYGG".

Så jeg sluttet å gå ut.

Når jeg ble eldre fikk jeg guttevenner og kjærester utenfor Birkeland. Følte meg for engangs skyld "wanted/loved", som det heter på engelsk. Men så begynte kjærestene mine å bli slemme. Jeg var aldri pen nok for de. De kom alltid med kommentarer; "kan ikke du gjøre sånn og sånn, så ligner du mer på min elskede kjæreste". Jeg var blitt tvungen til sex og de verste tingene som gjør sånn at jeg føler meg stygg, verdiløs og andrevalget. For jeg har prøvd alt; slanke meg som gav meg spiseforstyrrelser, sminke meg masse, skifte klestil. Det var en tid jeg gjemte meg i joggebukser og hettegensere. Men gradvis bygger jeg opp selvtilliten.

Derfor er jeg usikker.

jente 17

I wish I had more self confidence... Two different incidents dealing with the same feelings of self worth, at two different points in life.

At age 20, in an English course, abroad. A few years had gone by since the first kiss at a school party. Since then, some of us had surrendered to the opposite sex, but for the time being, I was more occupied with technical handiwork and other youthful illusions.

On the first day of the two months language course, a teacher introduced me to the other students. Among them was Manuela. She was from Madeira, the teacher explained. I was rather speechless. The stunning natural beauty and warmth of the girl, whom I judged to be a few years younger than myself, embarrassed me. Madeira sounded so exotic, that this first meeting was, for a deep-rooted Swiss, like holding an unknown tropical fruit for the first time, and having no idea if it was edible or not.

During the following days, there were many break-time chats with Manuela. In time I found out where Madeira was, where Manuela lived, who her sister was and so on. It never occurred to me that I was also interesting to this young beauty. For that reason, as we walked together on the beach, my self-confidence soared higher than ever before; Manuela, the unknown exotic fruit, declared her love for me. This experience, that a beautiful young woman could fall in love with me, really surprised me. I was someone desirable! Just as I was, without façade or mask.

At age 40, on holiday with the family, I was stretched out half-asleep on the bed with "The Dark Side of the Moon" (Pink Floyd) in my ears. I hardly understood any of the words and when I did recognise one, I couldn't make any sense of it. But I felt like I was floating. What was it about this music that touched me so deeply? Why, after listening to this record so many times and experiencing this music only as background noise, did I suddenly experience this floating feeling again? It must have just been a matter of finding the right moment. The children were playing on the beach, my partner was somewhere with a thrilling book. I was alone. Alone with myself, Pink Floyd, and my life.

I felt as if someone were opening a curtain that enabled me to see many things more clearly. Things that I had been aware of at some point over the past years, but that had slipped quietly back into the background. I suddenly realised that my daily workroutine over the last few years had taken over and dominated my life to the point that it had stopped up my senses. Take music, for example; I had been experiencing Pink Floyd only as background Music and not as a celestial sound, capable of moving and transporting me. At home, when the flowers bloomed in the garden, my wife had to tell me first; I didn't notice it myself anymore. In the same way, I rarely noticed if there were fresh flowers in the vase on the table.

The bombastic guitar notes in my ear, made the tears roll down my face, and behind the curtain more and more things became clear. Why did I let my job stress me so much? My work was successful. The people that needed my services came to me. I could actually work at a less hectic pace, more concentrated, and occasionally put someone off till later. I just didn't dare. But, why not? Perhaps it was because I always wanted to please everyone. But why must I always fulfil every expectation?

The live recording of "The Dark Side of the Moon" was on the next to last piece and the imaginary curtain had completely fallen. After all, the therapist had told me; My father's mother died when he was ten years old. Later, my mother involuntarily had to compensate for some of this lost maternal love. Because of this, my parents were not able to present us with an example of equal partnership. My father's self-esteem was always dependent on his wife, and he had no independent self-esteem of his own. My therapist called this a "Gefühlspascha." And what had I done? I had always tried to do everything perfectly for everyone, because I was afraid of criticism and conflict. And what had happened to my older brother recently? His wife had left him with three children after nearly twenty years of marriage. My brother had also had this lack of self confidence, and thought he could depend on his wife to make up the difference. Until she had allowed herself to be seduced by a macho-man, and had moved out.

As the live cd played the last encore, it became clear: I had to be more myself. It's not possible to "buy" self-worth anywhere. I would simply have to do it myself. If I managed that, then many things would probably improve. I might be more relaxed with annoying children and my wife's moods. And she would probably be happy to have a self-sufficient man, who doesn't need to be reassured constantly. That would surely do our relationship good, and give the children a more stable family environment. "Well then, do it!", I said to myself.

The last note of the cd faded into the acoustic infinity of the tiny discman headphones, and the door of our holiday home flew open; "Dad, can I please have some money? We want to buy ice cream." I was back on the floor of reality.

male 40 (translated from german)

Mannen min!

Nye tider viser at forfengelighet ikke bare er for jenter, det fikk jeg se med egne øyne da mannen min og jeg var i Danmark i sommer. Vi var i en helsekostbutikk og skulle kjøpe vitaminer. Da vi skulle betale var det en flaske på disken som han hadde plukket ut, som jeg ikke helt skjønnte hva var, for vi skulle da bare ha vitaminer. Da vi kjørte hjemover til sommerhuset tok jeg opp posen fra butikken og fant frem denne flasken som han hadde kjøpt. På flasken stod det: "Minsker poser og rynker omkring øyne og lepper på ti minutter." Og dette hadde han betalt over 200kr for. Jeg vet ikke, men etter tre uker synes jeg virkelig de posene under øynene hans er blitt en smule lilla i fargen! Men som en flott kone jeg er, så sier jeg bare; "gud, nå er posene under øynene nesten borte kjære!" Og jeg kan se hvor glad han blir. Forfengelighet er helt klart ikke bare for jenter!

jente 27 år

Mannen min igjen!

Han blir snart 40 år, og jeg tror nok den berømte krisa lurte rundt hjørnet. Først ville han ta motorsykkel lappen, for da kunne vi reise på tur og være nær naturen bare vi to.

Så plutselig en dag var det ikke så inn med lappen likevel, men jeg fant en brosjyre over DYRE cabriolet biler på kjøkkenbordet. Da jeg spurte om han skulle kjøpe seg en sånn, så sier han; "Ja, hadde ikke det vært flott kjære, det er jo det du alltid har ønsket deg!?" - Hva! Jeg har ønsket meg? Jeg har da alltid ønsket meg en trygg familiebil med god plass jeg!

Det er ikke bare bare å være midt i livet nei, men hva vet vel jeg, jeg er jo bare på vei mot de 30.

jente 27

Jeg stod foran speilen her om dagen og gransket meg selv. Vi er jo flinke til det vi jenter – det å granske – spesielt oss selv. Dommen denne dagen var ikke nådig. Hva var det jeg så? Jo, jeg var ikke fornøyd med håret, det var i hvert fall sikkert. Litt tynt og slitt var det blitt, og jeg burde absolutt ha fornyet fargen. Kommunegrå følte jeg meg – ja, ikke bare på håret, men i ansiktet også. Huden trengte virkelig en førstehjelpsrunde nå. Forresten kunne hele kroppen har trengt en overhaling. Jeg snudde og vendte på kroppen. Jeg har lagt på meg!! Følte meg blubbete og lite elegant. Puppene var blitt for store, magen for stor, rumpa for stor. Jeg kunne se en valk under genseren – jeg grøsset. Og bena mine, fordi jeg hadde lagt på meg, virket de kortere og ikke særlig elegante. Jeg har sikkert fått cellulitt på låra de siste par ukene, tenkte jeg - det føltes sånn. Burde egentlig ha lagt meg inn til en plastisk oerasjon! Fornyet hele meg! Estrem makeover – det hadde vært tingen nå!

Mens jeg står der foran speilen kommer kjæresten min inn.

"Hva ser DU?", spør jeg – i håp om at han skal bekrefte min nylig avsatte dom over meg selv. "Hva jeg ser?", sier han og smiler, "Jeg ser en vakker, høyreist kvinne med flotte former, tindrende snille øyne, ett nydelig smil, innrammet i ett like nydelig ansikt. Jeg ser kvinnen jeg elsker så høyt for den hun er – snill, tålmodig, omsorgsfull, gavmild, kjærlig. Jeg ser en kvinne som har mye å lære bort til andre, og som har en genuin forståelse for andres situasjon".

"Du er FOR partisk", sier jeg etter alt skrytet.

"Nei", sier kjæresten min, "dette er det mange andre som mener også.

Se på dem du har rundt deg – de er ikke der uten grunn vet du".

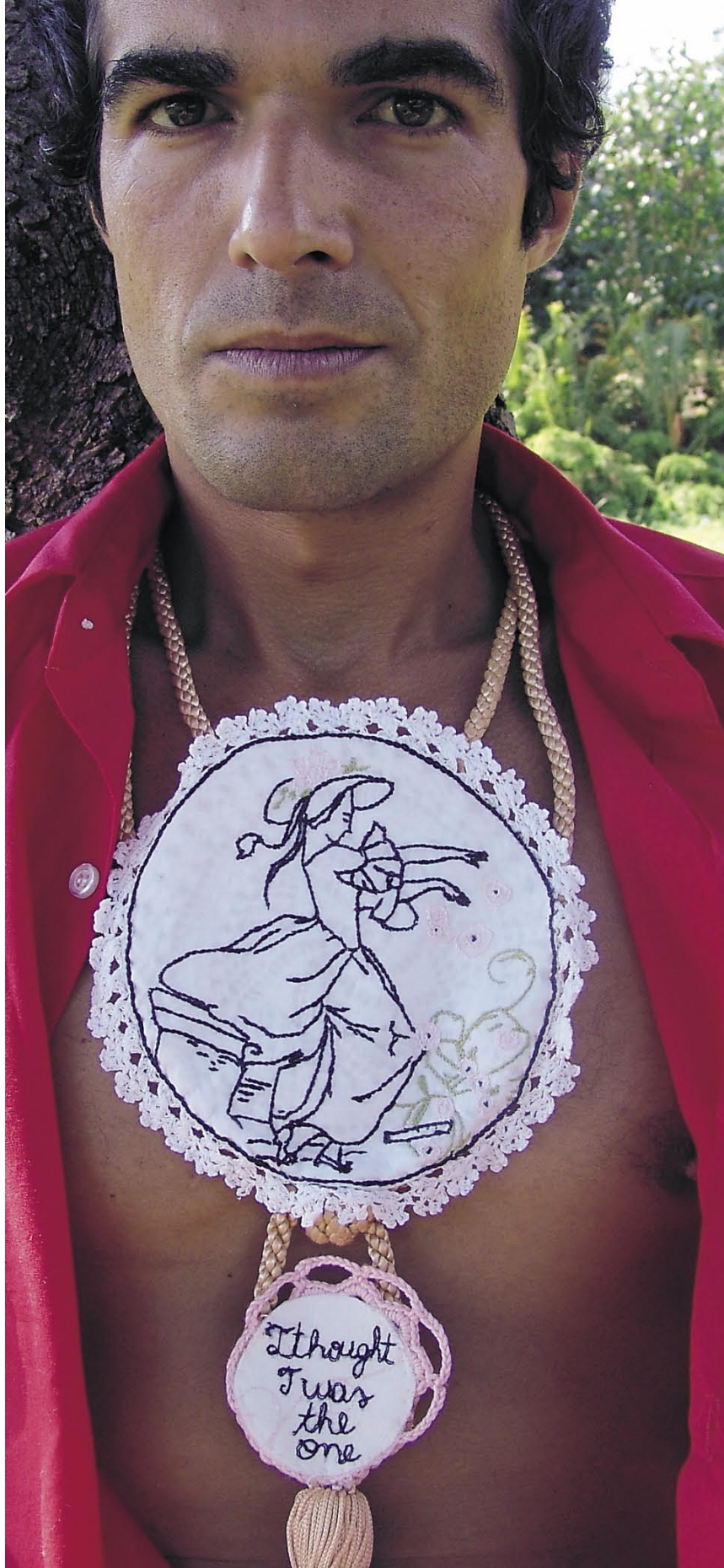
"Er det ingenting negativt med meg da?" sier jeg litt oppgitt.

"Jo", sier kjæresten min, "...du er altfor lite flink til å elske deg selv!"



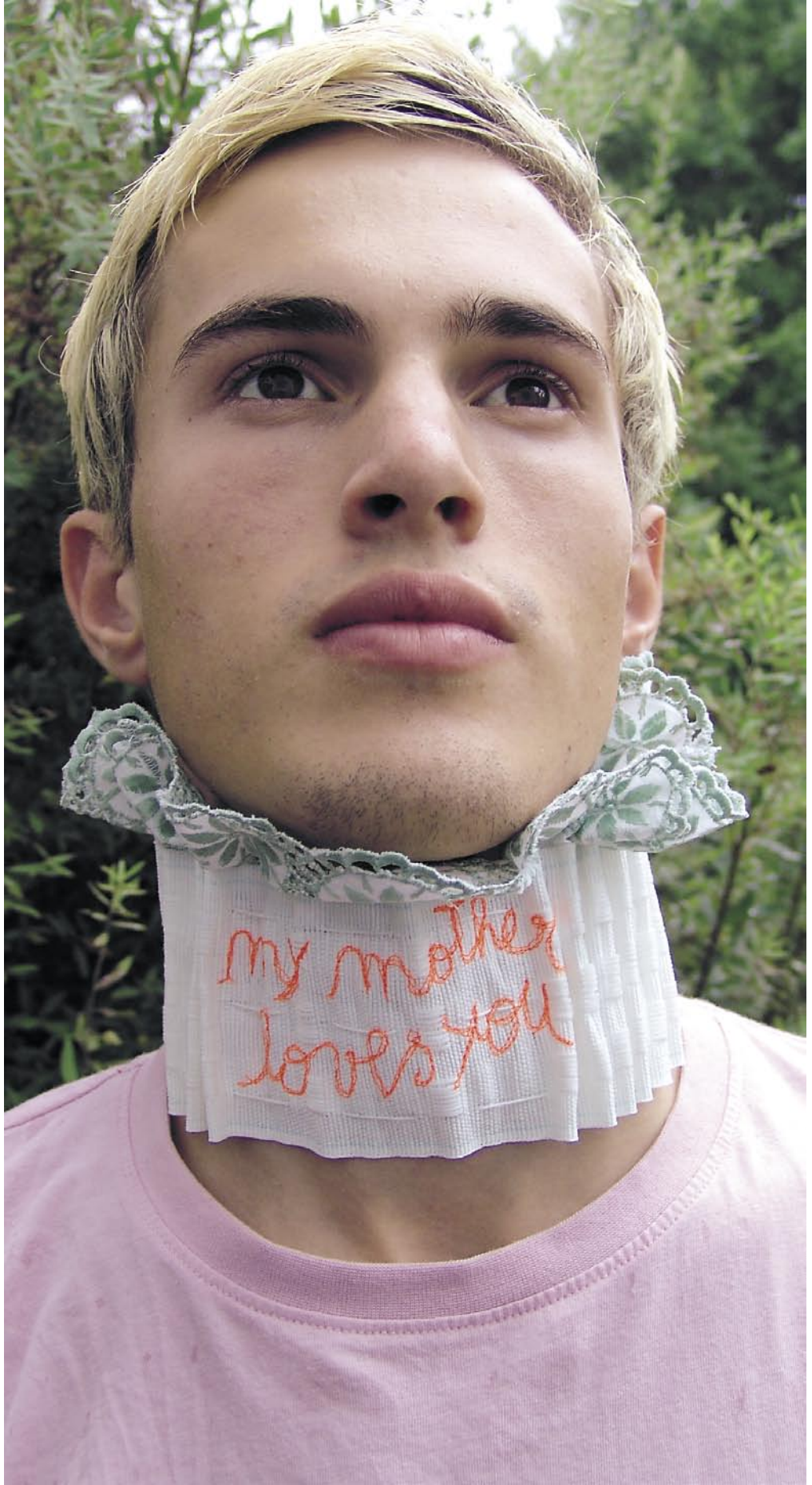
































my
dearest
I
HATE



Jeg videresendte Maria sin epost til lista mi, og dette er kortversjonen av en kommentar fra mamma etterpå;

“Ja, jeg fikk eposten din om Maria sin bok. Og det er jo et spennende tema, som jeg selvfølgelig har tenkt masse på og kunne skrevet mange historier om. Men jeg gjør ikke det vet du...”

kvinne 32

Drømmen var å fylle en hel bok med historier. Nesten hva som helst, så lenge historiene var personlig relaterte til ens egen kropp eller selvet. Noen sa til meg at denne gangen kom det til å bli en vanskelig jobb å samle inn historier fordi det var en vanskelig tema for de fleste å snakke om.

Jeg fikk historier av noen som jeg ikke kjenner, og andre jeg ble kjent med.

En del folk lovte meg historier de aldri fikk tid til å skrive.

Andre hadde for lav selvtillit til å skrive, "jeg har ikke noen forfatter-egenskaper" fikk jeg høre.

Men historier ble det. Mange flotte historier som på hver sin måte berører, gleder og opplyser.

Det er ikke alltid en har et riktig svar. Noen ganger er det beste å ikke si noe. Andre ganger er det vanskelig å forstå andre.

Ingen fortjener å være "mindre" enn andre. Å sammenligne mennesker er noe vi burde gjøre med varsomhet og helst unngå. Ettersom vi er unike og verdifulle på hver vår måte.

Takk til

Min samboer, som har vært min gode samtalepartner under utviklingen av mitt arbeid.

Mine modeller som har vært tålmodige og stilt opp for meg.

Mine venninner som har lest korrektur for meg.

Min gode venninne som på kort varsel jobbet med å ferdiggjøre boka.

Og mest av alt, takk til alle modige og generøse menneskene, som har bidratt med sine historier.

Elsk min kropp som buler ut her og der.
Elsk mine røffe slitne hender som jobber og som stryker huden din i hastverk.
Elsk meg, min hud, mine kviser og føflekker.
Elsk meg mer, selv om du kjenner meg bedre.
Elsk meg om morgenen i min trøtte uvillige kropp.
Elsk meg. Elsk meg mye og mer enn hele verden til sammen.
Elsk meg. Elsk meg når jeg snakker stygt og er misfornøyd.
Elsk meg når jeg er ufyselig, slem og bare klager.
Elsk meg. Elsk meg mer enn det jeg elsker meg selv.



Min historie

