

# הלן גרלי בראון (משמאל) בספר שהיכה גלים

נותנת חשק לעשות דיאטה כל החיים, והריהי לפניך. ארוחת-בוקר: ביצה אחת, בכל צורה שלא מצריכה שמוש בשומן, כוס יין לבן. ארוחת צהריים: סטייק ושתי כוסות יין לבן. ארוחת ערב: שתי ביצים — וסיימי את בקבוק היין הלבן. אחרי שהורדת את עודפי השומן, שהכבדו עליך ממילא, ויש לך פיגורה אלה-בריזיטי-ברדו, את מתחילה לרדם על אליבט (ששונאת כשקוראים לה לין) טילור, הנמצאת בדרך כלל במצב של 10 קילו מעל למה שקוראים משקל-לא-מבייש. את לא רוצה להידמות לה במצב הברדן-כללי שלה, ואת עושה הכל כדי לשמור על גורתך. את נמנעת מכל המטוגנים והמתוקים הנוראים. במקום זה את שותה לך את קוקטייל-השלווה. את קוקטייל-השלווה, שתוכנן על-ידי משוגעת לבריאות בשם גליידיס לינדברג, מכינים כך: הכניסי למיקסר — חצי כוס של חתיכות אנוס, בננה או כל פרי אחר, שתי כפות של שמן סויה, כפית של אבקת-קלציום (מבית המרקחת), כפית ואנל וכוס חלב רזה. הפעילי את המוטור והוסיפי חצי כוס אבקת חלב רזה, וחצי כף כבד מיובש (מבית המרקחת טוב). כשהכל מעורבב, הוסיפי התערובת לשארית החלב שנשארה לך במקרר. בהדרגה הגדילי את כמות אבקת-הכבד, מחצי כף, לכף או שתיים.

\*\*\*

## מי אמר שרק לזווה

**כ**שהחלק הכריזאתי של צורתך השתפר, בעזרת קוקטייל-השלווה והדיאטה הנכונה, בתוספת צעדה שבועית של לפחות 5 ק"מ והתעמלות-בוקר יומית של עשרים דקות, את מתחילה לטפס על שתי מדרגות בבת אחת, במקום לעלות על מדרגה אחר מדרגה כמו אנשים נורמליים.

את מתעלמת מקיומן של מעליות. ואת עורכת בדיקה יסודית לגולגולתך. לחלק החיצוני שלה, אני מתכוננת. מה שחסר לך שם זה בטח איפור-עיניים מקצועי, ותסרוקת הגונה; העיניים הן ראי הנפש, אומרים, והתסרוקת זה מה שנותן לך צורה של יחפנית או נסיכה;

# רווקה -

# ולריה שאר בכחיים

תלויה איזו תסרוקת את מתאימה לעצמך. כל זיורנאל אמריקאי, המכבד את עצמו, יספק לך תורות מפורטות איך לאפר את עיניך בצורה משכנעת, נקייה ומשוכללת, איך למרוט את גבותיך המקושטות, ולצביר לך גבות מורמות, שיגרמו לך להוראות יתר צעירה וזוהרת, ואיך לנפח או להרים את שערך.

אם הריסים הטבעיים-טרטים שלך לא מתעבים ומתארכים כתוצאה ממשחתם במסקרה שחורה, לבשי ריסים מלאכותיים! מי אמר שרק לזווה רודן מות? ועשי טובה, הפסיקי להקשיב לגברים שאוהבים אותך כמו שאת, בלי איפור, ואחרי-כך עוזבים אותך לאנחות למראה בחורה אשר איפור הבמה שלה נראה גם על-ידי עיוור ממרחק של קילומטר.

דבר נוסף, שגברים מעריצים, הוא הופעה אלגנטית, ולבוש שמוכיח על טוב-טעם. עם טעם טוב בדרך כלל נולדים; אך אם את נמנית על רוב הנשים, שלא נולדו עם זה, את יכולה לרכוש לך מה שנקרא טוב-טעם על-ידי ספיגה, את פשוט לומדת מהנשים האלגנטיות שאת פוגשת ברחוב, ב"ELLE" וב"BAZAAR".

את לא שסתפקת בלהעריץ אותן בלבד. ודעי לך, יקירה, טעם טוב אינו מילה נרדפת לכסף טוב. לגמרי לא. ועשירי וזוגות נעליים בכל שבעת צבעי הקשת גם הם אינם סממן לאלגנטיה. שני זוגות נעליים, בצבעי הבז' והשחור, לעומת זאת, יענו על כל דרישות היציאה שלך, ויהלמו את רוב הגרדרובה שלך.

## מאת נורית בת-יער



נורית בתייער זכורה לי קוראי "העולם הזה" כי חברת המערכת ועורכת לענייני אופנה (בתמונה מימין) — בתפקיד, בין מלכות-המים). כינתיים נישאה נורית בארצות-הברית וילדה בת. למרות מעמדה כנכרת נשואה (משמאל), שנמשחה את הי רווקות בגיל צעיר למדי, גילתה נורית עניין ב ספר הסנסציוני על גורל הרווקות — עליו היא מדווחת בעמודים אלה.

אל תלבשי כל צבע מודרני, רק מפני שהוא מודרני, ולמרות שהוא נותן לעורך גחן חולני. הרבי ללבוש את הצבע שלך בהא הידיעה — זה שנותן להופעתך את האפקט המרשים ביותר. ובשם אלוהים, אם את בלונדית טבעית, ועקב כך חיוורת, פסחי על אורנג', טוב?

\*\*\*

## איך לגור בארמון בני לפשוט את הרגל

**א**ם את אומרת שאת בת 25, ולמעשה כבר שכחת מתי היה יום הולדתך ה-35, מותר לך לגור לבדך בדירה. אם את רוצה להיות אשה אלגנטית וזוהרת, אשר דברים מסחררים מתרחשים סביבה — חובה עליך לגור לבדך בדירה. כלב זאב גוול יוסיף לדמותך יותר מאשר שתי חברות לחדר. חוץ מזה, כלבים לא שואלים סחודרים.

דירתך לא צריכה להימצא באזורים המפוארים של עיר מגורך, וזאת, ראשית, משום ששכר הדירה שם גבוה מדי עבורך, ושנית זה ירחיקך ממקום עבודתך, הנמצא קרוב לחדאי במרכז העיר. כמו שרצוי שתלבשי יותר טוב ממה שאת יכולה להרשות לעצמך,



# ולריה שאר בכחיים

כן הכרחי הוא שתרחיטי את דירתך בצורה שתיראה יותר טוב ממה שאת יכולה להרשות לעצמך. וזאת תצליחי לעשות אם תהפכי את דירתך הקטנה לארמון בזעיר-אנפין, לפנינה יקרת-ערך.

אל תתרגשי, איש לא דורש ממך לקפוץ לאינו בריכת חובות ולטבוע. עליך פשוט לחסוך ממשכורתך את הסכום הדרוש לך כדי לעשות מסתם אבן — אבן-תן, ואם תפסיקי לעשן (בפרט בקולנוע), לקנות ממתקים, לרכוש בגדים זולים במכירות כלליות (המציעות את המוצרים בהם איש לא חשק גם כשהם כן היו באופנה) ותתחילי להסתרק בעצמך, במקום במספרות, תוכלי לחסוך מספיק.

כמו כן, אל תשלמי יותר עבור מה שאת יכולה לשלם פחות. הלן גרלי בראון, למשל, הסכה 240 דולר בשמונה שנים, רק על-ידי צעד פיקחי אחד (וזה חוץ מהסכונותיה האחרים). בשוכנסה לדירתה החדשה ביקשה, בעדינות ובהתחשבות מבכלי-הבית להוריד לה רק שני דולר וחצי משכר הדירה החדשה. אני משוכנעת שאילו היתה מבקשת מהם להוריד לה 20 דולר, הם היו מסרבים, והלן לא היתה חוסכת את 240 הדולרים הללו במשך שמונה שנות שהותה בדירה הנ"ל. חדדי את מוחך הקטן!

עשיו, כשבדרך בעלת הצפורניים המארכות והמשוחות בלקה, נמצא הכסף הדרוש לך לריהוט הדירה, את רוכשת שולחן-קפה משיש, למשל, ומנורה גדולה ומרשימה. שני אבזורים אפקטיביים אלה, עליהם הוצאת סכום ניכר, יאפשרו לך להסתפק בספה וכורסאות מאיכות בינונית, ובכל זאת לתת לדירתך צביון עשיר ואלגנטי. עוד תנאי אחד — על הספה צריכים להיות הרבה כרי סאטין צבעוניים, שפירת באי-סדר מתוכנן, ועל אחד הקירות להיות עמוס בציורים ממוסגרים. (קיר התמונות של הלן היה בחדר האמבטיה. אך אם את מעדיפה שאורחך יהיה יותר זמן בסלון מאשר באמבטיה, רצוי שאת הקיר שלך תרפזי בסלון, או בחור אחר...)

אם את עומדת על כך שדירתך תהיה אקסטרה-סופיסטיקייט, דאגי לכך שעל שולחן הקפה שלך תמיד יהיה מונח משהו כמו שני כרכים עבותים של דוסטויבסקי אשר מסמנת ספרים תבצבץ מתוך אחד מהם. מסמנת-הספרים צריכה להיות שם משום שאת קוראת אותם.

\*\*\*

## קצת קנאה זה בריא בשבילך

**ר**ומן יכול לארוך יממה אחת בלבד, או מאז ועד עולם. הלן מכירה זוג נדיר אחד — לא נשוי — אשר הרומן ביניהם נמשך כבר למעלה מעשרים שנה. אני מרשה לעצמי לנחש שהיא מתכוננת לפילוסוף ולסופרת הפמיניסטית (כן, סארטר וסימון דה-בובואר). וזאת משום שקשה לי לתאר רומן של 20 שנה המתנהל בין אנשים בלתי נשואים, אלא אם כן לצד הנשי של הזוג יש אידיאות-פיקס בקשר לנשואין, ולעצמאותה המוחלטת של האשה; או ששני בני-הזוג לא מצליחים למצוא שום רב או כומר שישיאם, וזאת משום שהם בני אותו מין, תסלחו לי.

לדעת הלן גרלי בראון עליך להתראות עם יקירך פעמים אחרות בשבוע. אחרי הכל, ניצני הרומן שלך הם בשלבי פריחתם. (אם הם כלמים, היא כבר לא קוראת לזה רומן). כשהוא מקציב לך רק ימי שלישי ושישי, ואת לא פוסקת מלהרהר מה לכל הרוחות הוא עושה בימי רביעי וחמישי וכו', הרי שאת מקופחת, מאחר ואת מפסידה חלק הגון מהנעימות שברומן.

בין שאר אלפי המקומות המקסימים בהם אתם מבלים, אתם יכולים לבלות גם בדירתו וגם בדירתך. בדירתך את מרגישה יותר מפתה מאשר מפותה. פרט לכך, כשהרומן יסתיים (וכמו כל דבר טוב אחר גם רומנים מגיעים לקץ, במקום או במאוחר) יקשה עליו לא רק להוציא אותך מראשו, אלא גם את דירתך החמימה והאלגנטית, החופפת בחובה וזכרונות מעניינים. זה יתן לך קצת סיפוק, כמו לכל אשה-נחש אחרת, או לפחות יפחית קצת מכאבך, בידעך שגם לו כואב. סדיסטית שכמותך!

אם הוא הטיפוס הדרוש שתקדישי לו את כל תשומת-לבי, והאוסר עליך לחייך, אפילו לחלבן המביא לך חלב רזה מדי בוקר — התעלמי מכה, כי הוא לא עומדת להינשא לו — חובה עליך, יקירה, להישאר בקשר, אם כי רופף, עם שאר ידידיך. קצת קינאה זה בריא בשבילי, וחוץ מזה, כשיגיעו הרגעים הנוראים הללו של מות הרומן, את תודקקי לכל יודי שיהיה בנמצא. ואומללותך תגיע לשלבים רציניים ביותר אם תהיי מנותקת מהם כליל. כמוכן, עליך לקחת בחשבון שאם את תיפגשי פעם, או תצלצלי לאיזה ידיד ותיק, גם לו תהיה הזכות לעשות זאת, אך הסיכויים הם שהוא יעשה זאת בלאו הכי. היי רק על המשמר כדי שבימים, כמו יום העצמאות, למשל, הוא יהיה אתך, ולא עם האחרת.

(המשך בעמוד 21)