

בילה זיברט איבדה 45 קילו ממישקלה. כאן היא מספרת איך עשתה זאת —

לרדות בהיפנוזה

הייתי נשברת באמצע הרגשתי לא כנוח עם עצמי מסורבלת וגדולה. יוצאת דופן.

שמלות רחבות כמו אוהלים

היי לי מחזרים ויצאתי עם גברים. היה לי אפילו חבר קבוע במשך שלוש שנים. הוא היה רזה, ולא הפריע לו שהייתי שמנה. השומן, וזה די מוכן מאליי, גרם למיגבלות בחיי החיים. הרגשתי בושה שאף לא נראית במיטבך. שלא נעים להסתכל עלייך. חוסר ביטחון שגורם לקומפלקסים ולרגשי נחיתות. הרגשתי מה הוא יחשוב. איך בחורה כלייך נאה יכולה לתת לעצמה להירדד בצורה כזאת. הרי זה בסדר הכל אוכלי או מי יותר חזק, את או הזלילה?

בגיל 24 פגשתי את יורק אצל קרובי משפחה בחיפה. הוא היה תייר מגרמניה, שבא רק לטיבועים, ואת היתה אהבה ממבט ראשון. הייתי יפה בעיניו כמו שאני. הוא חזר לגרמניה, וכעבור זמן קצר נסעתי אליו ונישאתי במינכן. היה לו עסק סיטונאי לתכשיטי טים, והיינו בגרמניה 12 שנה.

בעלי לא לחץ עליי לרזות, אם אכר משהו בנושא, זה היה בגלל החשש לבריאותי. סבלתי מלחץ דם גבוה. מי מיגרנות ומהדויות בידים. ברגליים ובגב. הוצעו ממש נזלה ממני בקיץ. לא יכולתי להתכופף.

הבנים התייחסו אליי בטבעיות. הם לא שמעו בבית שמישהו אצלי לא בסדר. ואף פעם לא שוחחנו על הנושא. אבל אני חושבת שבתור יתום הם רצו באמא רזה.

אני אוהבת בגדים יפים ואופנתיים, אבל לא מצאתי בחנויות שום דבר מתאים. מחסורי-ברירה למדתי לתפור לעצמי, והסתובבתי כל הזמן בשמלות רחבות, כמו אוהלים. גרבי-המכנס היו מתפוצצות עליי. והייתי צריכה להחזיק אותם. לפעמים, חמש פעמים ביום, לים התביישתי ללכת. לחדות הייתי נוסעת באוטובוס, תהנה אחת, הביתה הייתי עולה במעלית, קובנה אחת.

הגשמת חלום: אוברול וג'ינס

הריונות שלי היו קשים. הייתי הבשמורת הראשון. הרופא הזהיר אותי מלידה קשה. בגלל השומן, אבל זה לא עזר. בהריון הראשון הגעתי ל-130 קילו. בהתעמלות לקראת הלידה לא יכולתי לעשות את התרגילים. נשמתי ונשפתי בזמן הלידה היה לי קשה לנשום. ולא עזרתי מספיק ללחוצי. למולי שתי הלידות עברו בשלום. אבל נשארתי שמנה. הישגתי על ניתוח רזיה — קיצור המעיין או עקיפת הקיבה — רציתי לעשות את זה, למרות הסבל ניתוח ואחריו, אבל עזלי הטיל רגל.

הגעתי לפרופסור פוקס עם הרבה

מספר יורק: היא היתה אוכלת רק פעם אחת ביום, מהבוקר עד הלילה. קרטונים שלמים של שוקולד הייתי מביא הביתה. שני הבנים, אלי בן ה-18, חייל, וסמי בן ה-15, תלמיד תיכון, גאים באמא החדשה שלהם. מעוררים אותה ומחמיאים לה. היא באה לאספת-הורים, והמורים וההורים לא האמינו שזאת אמא שלי. מספר סמי.

שיערה קצר. בצבע חום בהיר. פניה מאופרים יפה. במומחיות. תמיד הייתי



לפני כן בילה. ילידת המושבה זכרון-יעקב, נצח למישפחת אהרונסון המפורסמת. היתה ילדה רגילה. אולם היא החלה להשמין עם גיוסה לצבא. כאן היא מצולמת אחרי לידת בנה.

מטופחת. היא אומרת, גם כשהייתי שמנה. היא אוהבת חגורות מיוחדות, צגילים, צמידים, טבעות. חגורות, מה שיותר שמונצט. הדירה, בבניין נאה בצפון תל-אביב, מטופחת גם כן. שטיח חום, הפציינטי, עציצים, הרבה תמונות על הקירות וגובלנים מעשה-ידים. הכיבוד כולל קפה בלבד. בבית הזה אין עוגות, רק לשבת, כשביל הבנים, אומרת בלהה, הפיתוי עדיין גדול מדי.

סיפדה בלהה:

הייתי ילדה רגילה, לא מקל ולא טרור-נעל. קצת מלאה, אבל לא שמנה. מהוריי ולשני אחיי ואחותי יש מיבנה גוף רגיל.

תמיד אהבתי לאכול, אבל עד הצבא זה לא השפיע עליי. כשהתגייסתי שקלתי 70 קילו, אבל תוך כמה חודשי שנים הגעתי ל-85. בגלל האוכל הצבאי והמצופים, הייתי פקידה במנהל-הדירה, ליד חיפה, וללתי הזמן, כלי הפסקה, והרבה מתוק. זה קורה להרבה חיילות. מאז היתה לי בעיה של השמנה. בתור חיילת שקלתי 90 קילו, ובקושי מצאו לי מדים — מידה אקסטרה. אקסטרה לארג, מיספר 52. כל הזמן ניסיתי דיאטות מכל הסוגים, אבל

את כלייך יפה. חבל שאת כלייך שמנה. המישפט הזה רדף את בילה זיברט במשך שנים רבות. אינספור פעמים היתה מתעוררת בבוקר בהחלטה שמהיום היא בריאה, אבל לקראת הערב היתה שוכחת מה החליטה בבוקר. בימים אחרים היא אכלה כמויות אדירות של מזון, מהבוקר עד הערב, והמזון ממתקים — האהבה הגדולה שלה. היא לא יכלה להשתלט על תאוותה לאוכל, והגיעה למישקל-שיאי של 115 קילוגרם.



עכשיו בילה בביתה, משוחחת בטלפון. בשימלה כהה ובחגורה לבנה. המדגישה את מותניה. כל נסיונותיה לרזות. לפני שהגיעה להיפנוזה, נכשלו. אחרי ההיפנוזה היא הפכה לאשה חדשה.



גזר לגיזרה בילה במיטבה. עם שלושה גורים על הצלחת ואחד בפה. לגזר נועד תפקיד בדיאטה שלה: כל פעם שחשה רעב, או רצון עז למשהו מתוק, היתה מכרסמת גזר.