

חגית וחוגלה נפגשות בקניון

מאת: יצחק שויגר

ואאו, כמה אני שמחה לפגוש אותך, כמה זמן שלא ראיתי אותך!

לא כל כך הרבה. מקסימום איזה ארבע חמש שנים.

וואאלה את נראית טוב. רזית מאוד מאז שאני זוכרת אותך. טוב, לא רזית כמוני, אבל רואים עליך שאת עושה מאמצים.

מה, גם את עושה דיאטה? לא רואים עליך?

מה זה לא רואים. אני עושה דיאטה בשיטה הכי חדישה שיש.

מה כבר אפשר לחדש פה?

הרבה. אני מנויה בדאיאט פיטנס טרנספר.

מה את עושה שם?

זה שילוב של דיאטה והתעמלות מכשירית אוטוסוגסטית. ומה את עושה?

אני עושה בדרך הכושר. זה שילוב של דיאטה ורצח אופי!

והתעמלות את לא עושה?

אצלנו לא קוראים לזה התעמלות. אצלנו זה בדיקת כוח וסיבולת. בודקים כמה כוח נישאר לך לפני המוות.

למה מוות?

כי אחרי שיעור את רק רוצה למות.

אין שם יחס אנושי הוליסטי.

מה פירוש?

פשוט. למשל. אם את מתלוננת שכואבת לך הרגל. אז אומרים לך שזה לא בעיה שלך, אלא בעיה של הרגל. את מבינה. אין התייחסות לבן אדם אלא רק לשרירים ולחלקים שלו. את מורכבת מחלקי רקמה, תאים וכל מיני תוספות. הכול כימיה. אין רצונות ואין בטיח.

ולמה רצח אופי?

כי הופכים אותך למשהו אחר. האופי שלך נעלם כלא היה. כל מה שאהבת פעם כבר אינו קיים. מחליפים את שעות השינה, הרגלי היקיצה, את האוכל ואת הגרדרובה. אז מה כבר נישאר? מי כבר רוצה לצאת איתך? אני לא אוכלת מה שכולם אוכלים. אני קמה בשבת בשש בבוקר והולכת לרוץ על הג'בלאות. אני רצה כל היום ואוכלת עשבים. בלי חמאה וכלי שמן. בלי עוגות וכלי חומוס. פעם אהבתי גלידה מסטיק. היום השאירו לי רק את המסטיק. זה חיים של ארנבת ולא חיים של בן אדם.

ומה מביא אותך פה לקניון שלנו?

יש לי בעיות בעיניים. אני צריכה לראות פה איזה מומחה לעיניים.

יאיר קרני, זה המאמן שלנו אמר לי שאני לא רואה טוב. היינו ביחד בסופר, ללמוד ולראות איזה אוכל לקנות, ומצאנו שאני לא רואה טוב. את מבינה. אני באה להקטין את התחת ובמקום זה אני מגדילה את המספר במשקפיים.

ולמה את צריכה להסתכל על האוכל.

אני בודקת את המדבקות על האריזות. אם אין סיבים ויש שומן, אני לא קונה.

מעניין, זה גם מה שאני עושה. אבל לי יש שיטה יותר טובה. הבן של דודה שלי יש לו נגריה. אז הוא מביא לי נסורת כל שבוע ואני מערבבת אותה עם גבינת פטה אפס אחוז, שמן פשתן ומיץ עשבים שאני טוחנת מהמדשאה בשכונה, וזה עושה לי קקי לא נורמאלי. אני כבר עושה את זה כמה שבועות וזה מוריד לי גם את הריבת חלב מהשרירים ברגליים.

חומצת חלב, לא ריבת חלב.

לא לא, ריבת חלב. אני מה זה אוהבת ריבת חלב ואני תוקעת כל יום חצי צנצנת על בייגלה. וזה נידבק לי על הירכיים. והבייגלה בגלל שהוא עגול נדבק על הטיירים. אז ככה. מאז שאני אוכלת נסורת, אין לי תיאבון, יש לי בחילות וקקי גדול, אבל הירכיים יותר קטנות. וגם יותר קל לי לנסוע עם הטיירים. יש בהם פחות אוויר.

ואת לא עושה התעמלות?

מה פתאום. זה כל הפטנט. יש לנו מכונות כאלו עם מזרונים. את שוכבת על המזרון ומכונה מרימה לך את הרגל ככה אלף פעם. וזה מכניס לך כושר באופן תת מודע אינטרדיסציפלינרי אובייקטיבי רדיואקטיבי. את מקבלת כושר של מכונה. זה מה שנקרא פיטנסטרנספר. את מבינה. זה משהו חדש. צריכים להתקדם לא צריך את כל הספורט הזה. תאמיני לי עוד שני שקי נסורת, ארבע מאות לבן, וחודשיים על המכונות ואני נראית כמו שרון סטון באינסטינקט בסיסי.

אני מקנאה בך. בשביל להיפטר מהטיירים שלי הם אומרים לי להתגלגל עליהם כל יום מהמכון עד לגשר הירקון וחזרה. ואני הדפוקה קניתי נעלי התעמלות ואת כל הקוסטיום ושעון דופק ומשדר דופק, שאני שמה מתחת לציצי וזה עושה לי פריחות מהאלרגיה לגומי. ומד צעדים ומודד לחץ דם, ומשקל אחוזי שומן, וכל מיני דברים מוזרים ומיני אוכלים שאף פעם לא היו לי בבית. אפילו אמרו לי לזרוק את נעלי ההתעמלות שקניתי ממש חדשות ויפות כאלו שהתאימו לי גם לחליפת המכנסיים הלבנה שקניתי לכבוד המסיבה של בת דודה שלי, ולקנות נעליים חדשות בשני מספרים יותר גדולים מהרגל שלי. אז קניתי נעלי התעמלות והתחלתי את התכנית שלהם ומאז יש לי חוסר שינה.

למה? את לא ישנה טוב?

דווקא כן אבל אין מספיק זמן.

מה זה אין זמן מספיק. כמה אפשר לישון?

זה תלוי. אחרי טיפול אצל המכשפה אני צריכה 18 שעות.

יש לנו אחת מכשפה. זאת אחות של קרני. היא משכיבה אותנו על הרצפה ומתחילה עם כל מיני תרגילים. את שוכבת על הגב ואז היא אומרת להרים את הרגל להוריד את הרגל להרים את הרגל להוריד את הרגל.

וככה אלף פעם. אחר כך לוקחים גומיות ומתחילים לקשור אותם בכל מיני מקומות ומותחים לכל הכיוונים עד שיוצאת לך הנשמה. לפני שבוע אפילו התעלפתי.

מה מההתעמלות?

אפשר להגיד. שכבנו על השטיח והיינו צריכים להעביר את רגל שמאל מעל אוזן ימין ואת רגל ימין מעל אוזן שמאל. אחר כך להרים את הכתף ולכופף את הברך וללחוץ. וזה הלך לי לא רע. ואז המכשפה התחילה לתת קצב. וצעקה עלינו. ועוד פעם אחת, ותשע ושמונה ושבע.... ומרוב לחץ איבדתי את הספירה. אבל המשכתי ללחוץ עם הראש לכיוון הרצפה, לפי ההוראות שלה. מהלחץ, הורדתי את הראש עד למטה ואז ניכנס לי האף לתחת והתעלפתי מהריח. ואז העירו אותי וקשרו אותי לאופניים של הספינינג. המכשפה אמרה שזה טוב ללחץ דם ולכושר לב ריאה. היא אמרה שאם אני אעבוד בקצב לב גבוה, אז הכושר ישתפר והמערכת של הגוף תשתקם והריח יצא לי מהסיסטם. כך נשארתי על האופניים עוד שעה. אחר כך הלכתי הביתה. זה כבר היה צהרים. וישנתי עד למחרת.

את מבינה. אצלנו בדרך הכושר, הכושר הגופני הוא דרך חיים. כשאני עושה ספונג'ה, אז איך את חושבת שאני מעבירה את הדלי של המים מחדר לחדר? פשוט מאוד. אני עושה שפאגאט, פוינט בכף הימנית, פלקס ברגל השמאלית ועם קצה האצבע הימנית, אני מעבירה את הדלי מצד לצד. כך אני מפתחת את הארבע ראשי ואת הסופיים של השרירים הקצרים הטבעתיים שגם הם מקבלים חיזוק. אחרי ארבע ספונג'ות. הבית נקי, ריצפת האגן מחוזקת, ואני גמורה. וכל זה כדי שאם אשתעל כשאני אהיה בת שמונים, לא יצא לי פיפי ואני אהיה בשליטה על הסוגרים. את הבנת את זה? וחץ מזה, זה חוסך לי כסף. פעם היה לי מנוי לבריכה. היום אני לא צריכה את זה יותר. אני שוחה באולם. אסתי מהפנטת אותנו להחזיק בידיות של הגומיות על הרגליים ולהחזיק בקצה, למתוח את הגב אחורנית והופה אני שוחה גב, חתירה וחזה. ממש כמו בבריכה. רק חסר לי כובע ים, כדי שאני ארגיש אוטנטית. אני כל כך מזיעה שאני יוצאת מהשיעור, רטובה כמו מהבריכה.

אני ממש לא מבינה למה את עושה לך את זה. תנסי את השיטה שלנו.

האמת ניסיתי אבל שום דבר לא יוצא מזה. כל פעם שהייתי עושה דיאטה בשיטה הישנה, הייתי עולה ויורדת כמו יו יו. היום כשאני רואה סופגנייה כבר אין לי ריר בפה כמו פעם. במקום להריח את הריח המשכר של הטיגון והסוכר והריבת חלב, להשתכר ממנו ולתקוע איזה חצי מגש, אני רואה מול עיני את הפרצוף החמוץ של קרני, שאומר לי בקול מתכתי. "למה את צריכה את זה. למה את צריכה להכניס ספוג מלא שמן לבטן, שממלא את הקיבה והולך לתאי השומן דרך זרם הדם. בשביל להוריד סופגנייה את צריכה ללכת עד חדרה. את יודעת שהיינו ילדים היינו עושים דבק מקמח ומים. ואיך עושים סופגנייה? מקמח מים שמן וסוכר. ואז להיכן נעלם הדבק. זה זה חה! הוא מדביק את הסופגנייה לתחת." ואז כשאני רואה את המראות והקולות אני נזכרת בכאבי השרירים וחומצת החלב שפורחת שם אחרי האימונים והחשק עובר לי. את מבינה. עשו לי שטיפת מוח ורצח אופי. אימא שלי תמיד הייתה אומרת לי בחיים צריך להיות סיסטמטי. אז זה מה שאני עושה. את מבינה. אני עושה לפי הסיסטם שלהם. אוכל אווט כושר אין. וחץ מזה אני התאהבתי.

במי?

במוטקה.

זה גם קרה לי, בפעם הקודמת שעשיתי אירובי עם מדריך. אבל אחרי רומן קצר, זה ניגמר.

אל תתבלבלי. זה לא המדריך באירובי. מוטקה, הוא החבר שלי להתעמלות. הקומפניון שלי. כשהמכשפה אומרת לקחת אותו בידיים, כל אחד מהקבוצה מה זה שמח. את לא תאמיני את מחזיקה אותו על הידיים. הוא כזה, זקוף ונחמד מתכתי, חטוב, רזה, שחום. ויש לו כובע ירוק או ורוד או כחול או סגול.

ואוו... איזה ראש כחול. את מתכוונת לכובעון, לא לכובע? וואלה את נשמעת מסתורית.

כן, אפשר לומר. אני מחזיקה אותו בידיים שלי בשני הצדדים שלו, ומעלה ומורידה אותו. לפני ומאחור למעלה ולמטה. ואפשר גם להישען עליו ככה מהצד, ולהתמתח עליו... ואחרי כמה פעמים, הנשמה שלך יוצאת ואת מתפרקת.

זה נישמע מאוד סקסי.

תאמיני לי ואני מדברת בתור בחורה מנוסה. סקס, זה רק תחליף, זה הדבר האמיתי.