



**Gundis Zábó**  
[www.gundiszambo.de](http://www.gundiszambo.de)

**Gundis Zábó**  
„Mein heimlicher Hunger“  
rororo / Rowohlt Verlag  
Paperback, 288 S. / 12,00 €  
ISBN: 978-3-499-62332-5

## **Auszug 1:**

### **Wie der Teufel Bulimie das Leben des TV-Stars bestimmte.**

"Oft fängt es völlig harmlos an. Das Ganze ist zwar eklig, aber durchaus praktisch, denn es funktioniert: Du kannst essen, so viel du willst, und bleibst dabei schlank. Doch irgendwann schleicht sie sich immer mehr in dein Leben, diese Sucht. Sie legt sich um deinen Körper wie ein Gürtel, der enger und enger wird. Sie schnürt dich ein, immer mehr. Sie drückt dich zusammen. Sie macht dich klein, macht dich schwach. Bis die Bulimie die Macht über dich ergriffen hat. Du bist niemand mehr. Du denkst Bulimie. Du fühlst Bulimie. Du lebst Bulimie. Du bist Bulimie. Du fühlst dich zum Kotzen. Du bist zum Kotzen.

Nie hätte ich gedacht, dass Toiletten mal eine so große Rolle in meinem Leben spielen würden. Diese stinkenden, ewig nassen und verdreckten Toiletten! Allein die Türklinken anzufassen kostet mich jedes Mal aufs Neue eine unvorstellbare Überwindung. Aber ich tu's. Sofort schlägt mir ein Schwall mieser Luft entgegen - sofern man den Gestank überhaupt als Luft bezeichnen kann. Diese widerliche Melange aus Desinfektionsmitteln, Urin, Kot, gebrauchten Damenbinden und dem Schweiß der Klofrau, die den verdreckten Lappen, mit dem sie gerade über die Brille gewischt hat, mit bloßen Händen im trüben Wischwasser ausspült.

Wenn doch nur dieser quälende Druck in meinem Bauch nicht wäre. Ich habe das Gefühl, gleich zu platzen. Mein Bauch ist voll bis obenhin. Mehr geht nicht. Und ich spüre, dass es allerhöchste Zeit ist: Ich muss mich beeilen.

Ich weiß nicht mehr, was ich genau gegessen habe. Ich weiß auch nicht mehr, wie viel es war. Ich weiß nur noch, dass es viel war. Sehr viel. Zu viel. Ein Bissen mehr, und ich wäre explodiert - mein Magen wäre gerissen oder die Speiseröhre oder sonst was. Getrunken habe ich zum Glück genug. Das Gegessene müsste also weich genug sein, damit ich es schnell und einfach wieder loswerden kann.

Welche Toilette nehme ich denn diesmal? In welcher können die anderen Frauen am wenigsten hören und sehen?

Normalerweise ist die letzte Toilette in der Reihe ideal. Bei welcher Kabine kann man durch den unteren Rand der Trennwände die Füße erkennen und sehen, dass sie in die falsche Richtung zeigen? Die darf ich auf keinen Fall nehmen!

Welche Kabine hat ausreichend Klopapier und eine Klobürste, damit ich sämtliche verräterischen Spuren hinterher gut wegwischen kann? Gibt es vielleicht einen mit Duftspender, sodass ich den entlarvenden Geruch vertreiben kann? Das wäre optimal! Nicht zuletzt muss natürlich die Tür perfekt schließen.

Ich tauche mit dem Kopf so tief es geht in die Schüssel ein, damit es so wenig wie möglich spritzt. Zum einen möchte ich hinterher nicht die komplette Kabine saubermachen müssen, zum anderen habe ich nicht die geringste Lust auf die ekelhaften Spritzer im Gesicht.

Ich brauche diesmal gar nicht viel zu tun, denn mir dreht es von alleine den Magen um. Ich muss mir also nur einmal leicht auf den Bauch drücken, und schon spüre ich, wie die Dinge ihren Lauf nehmen. Langsam bewegt sich alles, womit ich mich in der letzten Stunde beschäftigt habe, in Richtung Mund.

Hoffentlich bin ich früh genug dran, dann schmeckt es nicht so unerträglich. Ich habe Glück, offenbar habe ich die Toilette noch einigermaßen rechtzeitig aufgesucht.

Die Schokolade, mit der ich meine Orgie gekrönt habe, kommt zuerst zum Vorschein und schmeckt in der Tat noch nach Schokolade. Was dann folgt, ist ein Gemisch aus allem, was man sich vorstellen kann. Ich strengte mich an, damit der Strahl möglichst klein und direkt ist, um nicht sämtliche Zahnzwischenräume mit meinem Mageninhalt zu füllen.

Mein Magen ist jetzt fast leer. Endlich hat dieser unglaubliche Druck auf die Magenwände nachgelassen, und ich fühle mich sofort ein bisschen besser. Dann spüre ich aber, dass doch noch etwas in mir drin ist, und das muss selbstverständlich auch noch hinaus.

Ein kräftiger Druck mit beiden Händen auf den Bauch, und zwar direkt unter den Magen, damit sich alles von unten nach oben bewegt, und schon entledige ich mich auch noch der letzten Reste. Diesmal muss ich besonders auf den Strahl aufpassen, denn was ich jetzt erbreche, befindet sich am längsten in meinem Körper und ist entsprechend mit Magensäure versetzt. Erstens schmeckt es widerlich, zweitens riechen diese Speisereste entsprechend, und drittens zerstört die Säure auf Dauer den Zahnschmelz. Daher haben die meisten Bulimiker auch Probleme mit den Zähnen.

Danach putze ich mir noch schnell die Nase, denn die läuft nach dieser Prozedur immer, bis die Schleimhäute wieder abgeschwollen sind. Wenn alles gut gegangen ist, kommt nur ganz normales Schleimhautsekret heraus.

Ab und zu ist jedoch der Druck, mit dem das Essen durch die Speiseröhre hinaufschnellt, so groß, dass ein Teil davon durch die Nase läuft. Das ist besonders schlimm, denn es tut nicht nur höllisch weh, sondern brennt im Einzelfall auch noch wie verrückt - je nachdem, wie viel Magensäure beigemischt ist.

Nachdem ich so weit wieder alles hergestellt habe, zupfe ich mir die Haare und Kleider zurecht und trete meinen Weg in die Freiheit an. Ich fühle mich vorübergehend bestens. Absolut befreit, schön dünn. Dieses Gefühl ist jedenfalls himmlisch! Nur hält es leider nicht lange an. Denn der Hunger und damit die nächste Fressattacke warten bereits ..."

## Auszug 2:

### Schon als 6-Jährige fühlt sich Gundis Zábó zu dick ? und beginnt mit 12 ihre erste Diät. Der kranke Kreislauf aus Hungern und Essen beginnt ...

Bis zu meiner Einschulung hatte ich nie auch nur darüber nachgedacht, ob ich wohl dick oder dünn oder sonst was war. Doch das sollte sich bald ändern, denn es hieß: Ring frei für den Kampf des Lebens! Meine Mitschülerinnen hatten alle diese niedlichen mädchenhaften Spindelbeine und wirkten eher schwach und zerbrechlich, während ich recht gut beieinander war, kräftig und gesund und eben auch ein bisschen mollig.

Ich hatte damals sogar leichte Brustansätze, wie sie auch Jungen und Männer haben können, wenn sie nicht ganz dünn sind. Diese kleinen Brustansätze hatten im zarten Alter von sechs Jahren natürlich nichts mit meiner Weiblichkeit zu tun, sondern eher mit den Chips aus der "Naschlade", die meinen Brüdern und mir tagtäglich zur freien Verfügung stand.

Diese kleinen Speckbrüstchen, die mir vorher nie aufgefallen waren, bereiteten mir nun die ersten Probleme. Ich fing an, mich dafür zu schämen, und versuchte alles, um sie zu verbergen.

Nie werde ich einen Zwischenfall vergessen, der sich eines Morgens in der großen Pause zutrug, als wir auf dem Schulhof spielten. Wir Mädchen hielten uns an den Händen, ich war wie immer die Anführerin ? vielleicht auch wegen meiner optischen Präsenz. Wir standen uns in zwei Reihen gegenüber, gingen alle gemeinsam aufeinander zu, klatschten uns ab und entfernten uns wieder voneinander, um wieder von vorn zu beginnen.

Plötzlich streckte das Mädchen mir gegenüber den Arm aus und packte zu. Meine Mitschülerin griff mir einfach so an die Brust und sagte: "Ich wollte nur mal wissen, wie sich dein Busen anfühlt."

Volltreffer! Ich wusste im ersten Moment gar nicht, wie mir geschah, doch es durchfuhr mich wie ein Blitz, und mir schoss die Schamesröte ins Gesicht. Dann wurde mir abwechselnd heiß und kalt, und am liebsten wäre ich auf der Stelle im Boden versunken.

In diesen Tagen fing ich jedenfalls an, alles Mögliche an meinem Körper überzubewerten, obwohl ich nun wirklich nicht fett, sondern höchstens etwas kräftiger als die anderen Mädchen war.

Aus heutiger Sicht kann ich sagen, dass ich seit meiner Grundschulzeit ein gespaltenes Verhältnis zu meinem Körper hatte und mein Problem damals seinen Ursprung nahm: mit jenem Griff an meine Speckbrüstchen und diesen Wabbeloberschenkeln.

Ich war eine Frühentwicklerin - in jeder Hinsicht. Denn ich wurde zur Frau, als ich gerade mal zwölf Jahre alt war. Damals begann auch mein gefährlicher Flirt mit diversen Diäten.

Ich interessierte mich für alles, was mir in die Hände geriet, selbst wenn es nur die leiseste Chance bot, meinen Problemen ein Ende zu bereiten: FdH, Brigitte-Diät, Körnerdiät, Hollywood-Diät, Ananasdiät, Eierdiät, Popcorn-Diät, Safttage, Obsttage, Reistage, Gar-nichts-Tage ? und immer wieder Alles-auf-einmal-Tage zum Sattwerden zwischendurch.

Nach und nach zog ich das ganze Programm durch und hatte in der Tat Erfolg: Die Pfunde purzelten, und ich war überglücklich.

Was für ein Gefühl! Ich wurde dünner, mein Bauch flacher, und die Hosen wurden immer weiter, bis sie um meinen Körper schlabberten.

Meine Mitschülerinnen bemerkten die Veränderung ebenfalls. "He, du hast ja abgenommen. Sieht gut aus", lobten sie mich und waren neidisch ? was ich wiederum klasse fand.

Eines Nachmittags im Sommer, ich war mal alleine zu Hause, passierte meine Apokalypse: Ich verlor den Kampf. Mein Körper, das Verlangen, der Hunger, die Gier nach Essen waren stärker, und der Kühlschrank in unserer gemütlichen Küche zog mich geradezu magisch an.

Ich streckte die Hand aus, packte zu und riss die Tür auf. Da lag sie vor mir, die ganze Pracht. Fein säuberlich geordnet, appetitlich in Folie und Töpfchen verpackt. Käse, schöne gelbe Scheiben ? ich liebe Gelb! Würstchen, lang und dünn, eines neben dem anderen.

Die Reste vom Mittagessen, dem ich noch vor wenigen Stunden hatte widerstehen können, indem ich stattdessen in Wasser eingeweichte Körner hinuntergewürgt hatte.

Der Käse war in null Komma nichts weg. Trotzdem hatte ich noch längst nicht genug. Dieses herrliche Gefühl, mich mal so richtig gehenzulassen ? was ich mir nie erlaubte -, wollte ich genießen, wollte ich voll und ganz auskosten. Als nächstes waren die Würstchen an der Reihe, vier oder fünf Stück müssen es gewesen sein. Im Tiefkühlfach entdeckte ich eine Vanilleeispackung, die noch fast voll war, und griff ohne nachzudenken zu, um sie zum Auftauen schon mal herauszustellen. Ich liebte es, wenn das Eis halb geschmolzen war und den Mund nur leicht kühlte, sodass sich das Vanillearoma voll und ganz entfaltete.

Kann Essen schön sein, dachte ich. Was für eine Befriedigung. Mich durchströmten Glücksgefühle. Nur hielt dieser Zustand leider nicht lange an, dann kam im wahrsten Sinne des Wortes das dicke Ende. Ich fühlte nur noch meinen Bauch.

Kaum war das große Fressen vorüber, fühlte ich nichts anderes mehr als meinen völlig überfüllten, aufgeblähten Bauch. Auf einmal standen mir die herrlichen Speisen bis zum Hals, und mir wurde schlecht.

Ich fühlte mich hundsmiserabel ? nicht nur wegen des Frusts, den Kampf gegen das Verlangen meines Körpers verloren zu haben, sondern weil all die Mühen und Qualen der letzten Zeit mit einem Schlag dahin waren.

Ich musste innerhalb einer halben Stunde mindestens zehn Kilo zugenommen haben. So kam es mir zumindest vor. Was für ein Elend! Die nächste Diät musste her, am besten Nulldiät, und zwar gleich morgen.

### **Auszug 3:**

#### **Gundis als Teenager ? eine Freundin zeigt ihr, wie sie nach dem Essen alle Kalorien sofort wieder loswird. Die Bulimie beginnt ...**

Susi und ich waren Leidensgenossinnen. Denn auch sie fühlte sich zu dick. Und auch sie aß für ihr Leben gern. So fingen wir irgendwann an, gemeinsam Diät zu halten und unsere guten Vorsätze anschließend mit ausgedehnten Fressorgien wieder zunichte zu machen.

Susi und ich telefonierten mehrmals am Tag miteinander, um uns auszutauschen. Wer wann was gegessen hatte, wie viele Kalorien welche Speisen hatten, was gut sättigte, was die Verdauung anregte und was verstopfte. Natürlich ging es auch darum, was wir wogen. Das war das Wichtigste überhaupt: die Waage.

Wir stellten uns jeden Morgen vor dem Frühstück darauf, sofern die aktuelle Diät überhaupt eins vorsah. Gleich nach dem Aufstehen ist man nämlich am leichtesten. Besonders befriedigend war es, wenn wir uns vorher auf der Toilette hatten entleeren können. Danach zeigte die Waage besonders wenig an, und wir fühlten uns gut.

Eines Tages, nach einer meiner Heißhunger-Attacken, ging es mir besonders mies. In meiner Not rief ich Susi an, um ihr zu berichten, was geschehen war. "Meine Güte, ich habe mindestens zehn Kilo zugenommen und sehe aus wie eine wandelnde Tonne", jammerte und heulte ich in den Hörer.

"Nun übertreib doch nicht gleich so", beruhigte sie mich und lud mich zum Trost gleich für den nächsten Tag zum gemeinsamen Nudeleessen ein. Ihre Mutter war nicht zu Hause, und dann kochte sie sich oft selbst etwas. "Maria kommt auch. Sie ist genau wie wir ein absoluter Ess-Freak", erklärte mir Susi noch, nicht ohne zu betonen, dass ihre Freundin ebenfalls viel zu dick sei.

Als ich mittags nach der Schule bei Susi ankam, stand Maria in der Küche. Sie war ebenfalls ein hübscher fünfzehnjähriger Teenager mit ganz normaler Figur und einer langen blonden Mähne. Das Essen war köstlich: Es gab Spaghetti Bolognese mit viel Butter und noch mehr Sahne ? genau, wie wir es liebten.

Wir saßen zusammen, genossen unsere Pasta, aßen jede mindestens drei Riesenportionen, tranken dazu Cola und unterhielten uns über die neuesten Diäten.

Wir waren uns einig, dass jede von uns mindestens zehn Kilo abnehmen wollte, denn inzwischen hatte sich mein Gewicht wieder um einige Kilos erhöht. Der Jo-Jo-Effekt hatte mal wieder voll zugeschlagen. Umso mehr wunderte es mich, dass Susi und insbesondere Maria so fröhlich und optimistisch in die Zukunft blickten. Sie hatten anscheinend nicht die geringsten Zweifel, bald an ihr Ziel zu gelangen, und wickelten fröhlich ihre Spaghetti um die Gabel.

Nach ein paar Stunden war unsere Fressorgie beendet, und wir waren entsprechend fertig. Voll gestopft bis zum Gehnichts hingehen wir in Susis Zimmer herum, hörten Musik und stöhnten vor uns hin. Ich hatte das Gefühl, bei der kleinsten Bewegung zu platzen, und versuchte, mich möglichst ruhig zu halten. Maria wirkte plötzlich irgendwie befreit. Keine Ahnung, wie lange ich so vor mich hin litt, es kam mir wie eine halbe Ewigkeit vor, bis mich ein Türenknallen aus meiner Lethargie riss.

Unsere Freundin Maria kam mit wehender blonder Mähne, in aufrechter Haltung und pfeifend zur Tür hereingeschwebt. Sie schien plötzlich ganz leicht zu sein. Zwar war sie ein bisschen blass um die Nase und hatte Ringe unter den Augen, dennoch wirkte sie auffallend fröhlich und irgendwie befreit.

Mir war das alles ein Rätsel, aber in meiner elenden Verfassung konnte ich mir darüber nicht weiter den Kopf zerbrechen. Ich versuchte mich abzulenken, indem ich darüber nachdachte, ob ich an meinem morgigen Fastentag, den ich gerade einzulegen beschlossen hatte, lieber Kamillen- oder Fencheltee trinken sollte. Logischerweise stimmte mich das auch nicht froher ? und das musste Susi gespürt haben.

Sie stand auf, so gut es ging, kam zu mir herüber und beugte sich fürsorglich über mich. "Komm mit", sagte sie, "ich zeig dir was. Danach wird es dir bestimmt besser gehen. Du musst es aber für dich behalten, es ist ein Geheimnis!"

Susi streckte die Hand aus, packte die Klinke, drückte sie nach unten und stieß die Tür auf. Da sah ich es vor mir. In voller Pracht, glänzend, blank poliert und strahlend: das Klo ? das Klo? Waren wir tatsächlich im WC gelandet?

Meine Freundin stellte sich verkehrt herum vor die Toilettenschüssel, machte den Deckel auf, bückte sich ein wenig herunter, sodass ihr Gesicht direkt darüber war, und warf mir noch schnell einen Blick zu. Er besagte so viel wie: Pass jetzt genau auf! Dann drückte sie mit der linken Hand direkt unter dem Magen auf ihren Bauch, machte den Mund auf und steckte sich den rechten Zeigefinger, so tief es nur ging, in den Hals.

Ich musste mit ansehen, wie meine Freundin sich erneut krümmte und sich nun ganz fest in die Magen-gegend drückte, bis eine Riesenwelle sie durchzuckte. Als der Strahl aus ihrem Mund abebbte, drückte sie mehrmals mit beiden Händen zu. Jedes Mal kam ein neuer, immer kleiner werdender Strahl hervor, bis die Soße nicht mehr aus ihrer Kehle herausschoss, sondern ihr langsam zwischen den Zähnen aus dem Mund lief. Mein Ekel wuchs noch mehr, als Susi sich wieder aufrichtete, sich mit dem ohnehin schon beschmierten Handrücken über die Lippen wischte und somit auch noch die letzten Reste von Speichel und Kotze in ihrem bespritzten Gesicht verteilte.

Sie tätschelte cool meine Schulter ? zum Glück mit der sauberen Hand ? und meinte: "Das wird schon, ich habe mich zuerst auch geekelt."

Am nächsten Tag aß ich nichts. Am übernächsten Tag hatte ich eine Ess-Attacke. Ich ging aufs Klo und kotzte."

#### **Auszug 4:**

#### **Ich war entzückt von meinen neuen, prallen Brüsten**

"Während die Beruhigungsspritze mich allmählich in einen Dämmerzustand versetzte, antwortete ich auf die Frage des Doktors, wie groß die Investition in meine berufliche Zukunft denn ausfallen sollte, nur leise: "As big as possible, please (So groß wie möglich, bitte)." Hoffentlich hält er sich daran, dachte ich noch und dämmerte

Stunden später wachte ich in meinem Bett in Oakwood auf, den Oberkörper auf mehreren Kissen hochgelagert, damit auch alles schön in Position blieb, und musste mich erst einmal orientieren. Von Jörg (ein guter Freund und Mitbewohner, Anm. der Redaktion), der mich wie immer mit einem strahlenden Lächeln begrüßte, ließ ich mich aufklären, wo ich war und was überhaupt geschehen war.

Als er das Zimmer wieder verlassen hatte, hob ich die Bettdecke an, um an mir herunterzusehen. Ich platzte fast vor Neugier und wollte einen Blick auf mein neues Glück werfen. Viel sah ich da aber nicht, denn meine Brust war gut verpackt ? unter einer riesigen Mullbinde in meinem BH. Trotzdem wollte ich sie nun unbedingt sehen, meine neuen Brüste, und stand langsam und vorsichtig auf.

Ich brauchte ewig, bis ich endlich im Bad vor dem Spiegel stand. Ich war auf den WC-Deckel geklettert, um mich in voller Größe mustern zu können. Mir war klar, dass ich eigentlich noch nichts auspacken und anfassen durfte, aber ich war zu gespannt und neugierig. Langsam zog ich mir mein Sweatshirt über den Kopf und war froh, dass es einen großen Ausschnitt hatte und ich problemlos hinausschlüpfen konnte.

Als ich nun mit fast freiem Oberkörper dastand und ganz vorsichtig den großen BH mit zwei Fingern anfasste und ihn langsam wegzog, um herauszufinden, was sich darunter befand, traute ich meinen Augen kaum.

"Mein neuer Busen: Wow, riesengroß und absolut filmreif"

Statt weißem Mull und Watte, die ich im BH vermutet hatte, prangte er mir entgegen, mein neuer Busen: prall, kugelrund und riesengroß. Sofort öffnete ich den Verschluss, der sich vorne in der Mitte befand, und endlich sah ich sie in voller Größe: zwei unglaubliche, wunderschöne, riesengroße, pralle Brüste.

"Wow!", entfuhr es mir. Die waren absolut filmreif. So hatte ich sie mir in meinen kühnsten Träumen nicht vorzustellen gewagt. Meine Brüste waren für mich in jenem Moment schöner als alles, was ich bisher gesehen hatte. Ich war entzückt.

Ganz sanft und vorsichtig ? es war wirklich nur der Hauch einer Berührung ? legte ich die Hände um meine neue Weiblichkeit. Das heißt, ich umfasste knapp das untere Drittel meiner Pracht, denn selbst die größten Pranken eines Holzfällers aus den Rocky Mountains hätte wohl nicht gereicht, sie ganz zu umschließen. Immerhin hatte ich nun Körbchengröße 70 D. Das jüngste Werk des Dr. Maguire lag wirklich gut in der Hand, und ich war mehr als zufrieden mit seiner Arbeit.

Genau wie meine Umwelt fand ich mich mit meiner neuen Oberweite einfach sensationell. Wo ich auch war und mit wem ich auch zu tun hatte, überall machte ich großen Eindruck. Auch bei meinen Bewerbungs- und Vorstellungsgesprächen machte sich meine neue Optik bemerkbar. Ich bekam auf einmal wesentlich mehr Einladungen zu Castings, die Agenten musterten mich aufmerksamer als vorher. Natürlich starrten sie alle auf mein Dekolleté statt auf den schauspielerisch wertvollen Ausdruck meines Gesichts.

So war ich durch mein berufliches Engagement und die kleinen Erfolge abgelenkt und verdrängte meine Essstörung. Ich merkte gar nicht, was ich meinem Körper und meiner Seele zumutete. Dabei war die Bulimie inzwischen die Hölle für mich, schlimmer als je zuvor.

Ich suchte Geborgenheit und Trost, einen Ersatz für Liebe und Bestätigung mit dieser Fresserei, ein Mittel gegen die Einsamkeit. Und bis zu zehnmal täglich ging ich kotzen. Geregelte Mahlzeiten gab es in meinem Leben schon lange nicht mehr.

Nach dem Jahr in Amerika fühlte ich mich in Großburgwedel wie eine Fremde. Meine Brüder hatten wie erwartet mit Entsetzen auf meine Brust-OP reagiert, zwar sagten sie kein Wort, doch ich konnte ihren Mienen deutlich ansehen, was sie über ihre "beklopfte" Schwester dachten.

"Die Brust wurde hart wie ein Fußball"

Zu allem Übel begann sich trotz meiner täglichen Massagen eine der Brüste zu verkapseln, woraufhin das Implantat einwuchs. Die Brust wurde hart wie ein Fußball und tat bei jeder Berührung höllisch weh. Nach einigem Zaudern beschloss ich, mich Gábor (Gundis Bruder, Anm. der Redaktion), anzuvertrauen, immerhin war er Arzt.

Ich erzählte ihm von meinem Problem mit dem großen Busen ? die Essstörung dagegen erwähnte ich mit keinem Wort ? und endete mit den Worten: "Du musst mir helfen, bitte. Ich weiß sonst nicht weiter." Zwar war er von meiner Eröffnung schockiert, doch er erkannte den Ernst der Situation. "Mach dir mal keine Sorgen. Die Implantate kann man sicher auch wieder entfernen. Ich kenne da einen hervorragenden Unfallchirurgen."

Irgendwie brachte ich den Rest des Schuljahres hinter mich und landete in den Sommerferien schließlich in der Krebsstation der Klinik, in der Gábors Bekannter als Unfallchirurg arbeitete. Nach einer dreieinhalbstündigen, nicht ganz komplikationslosen Operation wachte ich zwischen drei kahlköpfigen Brustkrebspatientinnen wieder auf. Ich hatte drei große Schnitte auf jeder Seite, denn der Chirurg hatte die Brustwarzen neu platzieren und eine große Menge Haut wegnehmen müssen. Als ich sah, mit welchen Problemen die Frauen um mich herum zu kämpfen hatten, fühlte ich mich noch elender.

Nach einer Woche in der Klinik war ich wieder zu Hause und dankte dem Himmel, dass ich von meinem Ausflug in die Welt der Busenwunder außer ein paar Narben keine bleibenden Schäden davongetragen hatte."

## **Auszug 5:**

### **Wie Gundis Zábó ihre Sucht endlich besiegt**

"Es passierte ungefähr zu dieser Zeit, also 1996, beim Casting für eine Erotik-Gameshow, die RTL seinerseits produzierte. Als ich dann als erste Aufgabe einen Stripper interviewen sollte, fühlte ich mich doch ziemlich fehl am Platze und fragte mich, ob ich nicht einfach wieder nach Hause fahren sollte. Die Antwort erhielt ich prompt. Sie stolzierte in Form des attraktivsten Mannes, den ich je gesehen hatte, ins Studio. Er musterte mich kurz und sagte: "Das Interview war ja ganz okay, aber dieses Dompteurskostüm ..."

Die Show kam nie zustande, dafür feierten Christof und ich eine Woche später im Pariser Hotel Ritz den Geburtstag einer russischen Freundin, zu dem er mich als Begleitung eingeladen hatte. In der Stadt der Liebe hat es dann endgültig gefunkt, mehr noch: Es entflammte ein Feuer, das noch heute brennt.

Im Jahr 1997 zog Christof mit seiner damals zwölfjährigen Tochter bei mir und meiner inzwischen zwei Jahre alten Tochter Greta ein. Ich war im siebten Himmel. Mein "kleines Geheimnis" behielt ich allerdings für mich ? wieder einmal. Christof kannte meine Geschichte, wusste aber nicht, dass ich einen Rückfall erlitten hatte. Ich ließ ihn in dem Glauben, die "dumme Angewohnheit" seit meiner Schwangerschaft abgelegt zu haben. Zum einen aus Angst, meine neue Liebe mit dem nicht salonfähigen Thema Bulimie abzuschrecken. Zum anderen fehlte mir der Mut, meine Abhängigkeit und damit meine Schwäche zuzugeben.

Christof hatte im Grunde schon die ganze Zeit geahnt, dass ich immer noch an meiner Ess-Brech-Sucht litt. Auch er wunderte sich natürlich über die Portionen, die ich gelegentlich auch in seinem Beisein verdrückte, oder er registrierte, dass ich oft länger auf der Toilette blieb als üblich. Aber ich hatte mein Versteckspiel über die vielen Jahre derart perfektioniert, dass ich mich jedes Mal, wenn er eine Bemerkung machte, irgendwie aus der Affäre ziehen konnte.

Eines Tages war für uns beide das Maß jedoch voll, und ich glaube, ich habe die Situation intuitiv selbst heraufbeschworen. Ich kam gerade von der Toilette ? und wie so oft warf Christof mir einen kritischen Blick zu. "Was ist?", fragte ich und sah ihm provozierend in die Augen, statt wie sonst seinem Blick auszuweichen. "Hast du es wieder getan?", fragte er ganz ruhig und ließ mich dabei nicht aus den Augen. Ohne zu denken, ganz intuitiv, sagte ich spontan: "Ja!", und erschrak gleichzeitig über meine Courage.

Christof regte sich wahnsinnig auf. Außer sich vor Wut baute er sich vor mir auf und brüllte: "Ich sehe mir nicht länger an, wie du dich kaputtmachst. Dafür liebe ich dich zu sehr! Entweder die Bulimie oder ich. Wenn du nicht endlich damit aufhörst, verlasse ich dich ..." Mir war klar: Wenn ich den Mann meines Lebens halten wollte, dann musste ich mich ändern.

Jahrelang hatte ich gegen die Krankheit angekämpft, hatte immer wieder kleine Fortschritte und große Rückschritte gemacht, hatte gelitten und mich gequält. Ich hatte mir schon so oft gewünscht, mich von dieser Sucht endgültig zu befreien, und war ein paar Mal schon ganz dicht davor gewesen, doch stets hatte ich den Kampf verloren. Die Krankheit war immer stärker gewesen als ich. Diesmal nicht! Diesmal wollte ich wirklich! Es war, als hätte jemand einen Schalter in mir umgelegt.

Beim Abendessen aß ich ganz normal und ging hinterher nicht zur Toilette. Ich konnte es selbst kaum fassen. Nun begann ein schwieriger Weg, denn Essstörungen sind schwer zu begreifen. Und schwer zu heilen. Ich wusste: Ich muss es für mich tun, wenn meine Heilung von Dauer sein sollte. Nur dann hatte ich eine Chance. Ich nahm all meinen Mut zusammen und nutzte sie.

Noch heute gibt es immer wieder Situationen, in denen ich spontan das Bedürfnis verspüre, essen zu müssen, obwohl ich gar keinen Hunger habe. Ich erlebe das zum Beispiel, wenn ich müde bin oder mir mal wieder etwas Gutes tun will. Statt zu essen ? wie früher ?, lege ich mich dann eine halbe Stunde aufs Sofa und lese, sehe fern oder meditiere. Und um mich zu verwöhnen, gehe ich gemütlich joggen, mit Greta Fahrrad fahren, nehme ein Bad, creme mich genussvoll ein, mache mir eine schöne Frisur oder ziehe etwas an, worin ich mir besonders gut gefalle."

ENDE

**Vielen Dank für Ihr Interesse!**

**Gundis Zábó**  
**„Mein heimlicher Hunger“**  
**rororo / Rowohlt Verlag**  
**Paperback, 288 S. / 12,00 €**  
**ISBN: 978-3-499-62332-5**