

A negyedik otthonszűléssem

Article URL

www.asztrologia.ro/

Author

Dénes Mária

Published: March 22, 2019, 1:08 pm

Szeretettel Á¼dvÁ¼zÁ¼llek kedves BarÁ¼tom!

Á¼rÁ¼mmel elmondhatom, hogy jÁ¼lius 21-Á¼n reggel 6 Á¼ra 21-kor megszÁ¼letett a negyedik gyerekÁ¼nk, a kisfiÁ¼nk, Szabolcs. A szÁ¼lÁ¼srÁ¼ul szeretnÁ¼k rÁ¼viden beszÁ¼molni, mivel Á¼gy Á¼rzem, ezt a szÁ¼lÁ¼st a lehetÁ¼mu legjobban sikerÁ¼lt vÁ¼gigÁ¼lnem, vÁ¼gig vinnem, annak ellenÁ¼re, hogy szÁ¼mos rÁ¼szletben eltÁ¼rt az elÁ¼zÁ¼mu szÁ¼lÁ¼seimtÁ¼ul. Ebben a negyedik szÁ¼lÁ¼sben elmondhatom, hogy a normÁ¼lis, természetes, zavarmentes szÁ¼lÁ¼shez kÁ¼tÁ¼dÁ¼mu minden vÁ¼gyam, vagy inkÁ¼bb Á¼hajom, ambÁ¼ciÁ¼m beteljesedÁ¼st nyert. EzÁ¼rt is igyekszem minÁ¼l rÁ¼szletesebben leÁ¼rni amÁ¼g mÁ¼g friss az Á¼lmÁ¼ny. A szÁ¼lÁ¼shez kapcsolÁ¼dÁ¼ elÁ¼zÁ¼mu nap, napok esemÁ¼nyei A szÁ¼lÁ¼s elÁ¼tt nÁ¼gy nappal egyÁ¼rtelmÁ¼en Á¼rzÁ¼keltem, hogy az Á¼zÁ¼leteim kezdenek felpuhulni, kilazulni. Ezt a jelensÁ¼get a korÁ¼bbi vÁ¼randÁ¼sÁ¼gaim vÁ¼gÁ¼n ott azonosÁ¼töttem be, amikor a baba kezdett leszÁ¼llni Á¼s a mozgÁ¼som kezdett elnehezedni. Mivel azonban ez utÁ¼bbi Á¼ldott Á¼llapotossÁ¼gom idÁ¼szakÁ¼ban keveset mozogtam intenzÁ¼ven, amely miatt a vÁ¼randÁ¼sÁ¼got nehezebben viseltem s tÁ¼bb ilyen, olyan fÁ¼jdalommal jÁ¼rt a vÁ¼gÁ¼n, mint a korÁ¼bbi Á¼llapotossÁ¼gaim, ezÁ¼rt a rÁ¼gi eligazodÁ¼si pontjaim nem voltak meg. Illetve megvoltak, csak nem tudtam Á¼ket olyan egyÁ¼rtelmÁ¼en Á¼rtelmezni, s nem Á¼sszekeverni azzal, hogy nem mozogtam eleget Á¼s az izmaim, s az Á¼nszalagaim hÁ¼zÁ¼dnak, feszÁ¼lnek, nem elÁ¼ggÁ¼ erÁ¼sek Á¼s rugalmasak. Volt egy a vÁ¼randÁ¼sÁ¼gom elejÁ¼n kezdÁ¼dÁ¼mu derÁ¼kfÁ¼jÁ¼som, ami idÁ¼punkÁ¼nt elÁ¼ujÁ¼tt az egÁ¼sz idÁ¼szak alatt, s a vÁ¼gÁ¼re kifejezetten intenzÁ¼-vÁ¼ vÁ¼lt, fÁ¼kÁ¼pp amikor nagyobb mÁ¼retÁ¼, s fizikailag jobban igÁ¼nybevevÁ¼mu tevÁ¼kenysÁ¼geket vÁ¼geztem, valamint reggelente felkelÁ¼s utÁ¼n pÁ¼r percig. Á¼on ugyan naplÁ¼ztam Á¼s dekonspirÁ¼ltam is, mi a szellemi oka a derÁ¼ktÁ¼jÁ¼ki fÁ¼jaldalmamnak, de az nem mÁ¼lt el, viszont ez miatt nem zavartattam magamat, mert ElÁ¼d fiamnÁ¼l is volt egy ehhez hasonlÁ¼ tÁ¼netem, ami aztÁ¼n nyomtalanul eltÁ¼nt a szÁ¼lÁ¼s utÁ¼n. (Az asztrolÁ¼giÁ¼t tudÁ¼k kedvÁ¼Á¼rt Á¼rom le, Á¼gy utÁ¼lag ugrott be, hogy (talÁ¼n) azÁ¼rt nem mÁ¼lt el, mert nem jÁ¼l dekonspirÁ¼ltam, ugyanis Á¼n derÁ¼ktÁ¼ji Á¼s MÁ¼rleg problÁ¼makÁ¼nt azonosÁ¼töttem be a tÁ¼len, holott tulajdonkÁ¼ppen, az utolsÁ¼ idÁ¼szakban, amikor tisztÁ¼n Á¼reztem melyik ideg nyomÁ¼dik, s tÁ¼bb panaszt okozott s jobban oda kellett figyeljek rÁ¼, vÁ¼lt vilÁ¼gossÁ¼: a szakrÁ¼lis Á¼s nem a lombÁ¼ris rÁ¼szen van a problÁ¼ma. Vagyis itt nem MÁ¼rleg, hanem SkorpiÁ¼ problÁ¼mÁ¼rÁ¼l van, volt szÁ¼. Ez a kisbaba szÁ¼letÁ¼si kÁ¼pletÁ¼ben is lÁ¼tszik, ugyanis a SkorpiÁ¼nak megfelelÁ¼mu nyolcas hÁ¼za terhelt, valamint a SkorpiÁ¼ uralkodÁ¼ bolygÁ¼ja a PlutÁ¼ van letÁ¼madva egyÁ¼rtelmÁ¼en, MÁ¼rleg problÁ¼ma pedig nincs is a kÁ¼pletÁ¼ben). Ez a â¼zderÁ¼ktÁ¼jiâ¼ fÁ¼jdalom szÁ¼nt meg egyik naprÁ¼l a mÁ¼sikra minden elÁ¼zÁ¼mu nÁ¼lkÁ¼l a

számlát elmentt nappal. Ebből jutottam arra az egyértelmű kárvetkeztetésre, hogy kilazultak, felpuhultak az izmletek, mivel a csigolyám nem nyomja már az ideget. Az egész folyamat egyből ontó gy kezdődött, hogy a konkrét vajdást megelőző jelszaka, miután a főrjem kószán érkezett haza, mert kószá-tettek egy filmet s sokáig odamaradt, felkeltett a jellel egy 3ra kárrel s tbb nem tudtam visszaaludni csak reggel hat 3ra fele. Mindeközben úgy éreztem, hogy rendszeresen jelentkező fájdalmain vannak, amelyek még számlát is fájdalmai is lehetnek, illetve számlát is fájdalmai is átalakulhatnak. Gondoltam majd reggel meglátjuk s igyekeztem elaludni. Reggel derült ki, a magzatot valóban nyakdugás egy része már kijött, s még utána is jött ki belüle a reggel folyamán, de a fájások teljes mértékben megszűntek. Kissé meg is illeltem, mi van most? Fogok számlni, vagy nem fogok? Ha igen, akkor miként, fájások nélkül? A főrjem nyugodt volt, azt mondta, hogy majd újra beindulnak mikor ott lesz az ideje. Ez engem persze nem nyugtatott meg teljes mértékben, de írvendtem annak, hogy nem aggódik. Dál kárrel a gyerekeket levitte a számléimhez. Ezt mindkét korábbi számlát snál a gy tették a minál zavartalanabb számlát is kárrel lmányek létrehozása céljából. Ugyanakkor a számlát után is vigyázott anyám egy hetet rájuk, s a gy könnyebb volt a regenerálás valamint a kis ájszámlát is jobban odatudtam figyelni. Amikor telefonon felhívtam, hogy értesítem a gyerekek érkezését, elmondtam neki, hogy a nyakdugásból valamennyi elment, de a fájások megszűntek, s nem tudom mi van most. Miután a gyerekek lementek falura s nem kellett már árukét kószá-teni, valóban foglalkozni, a neten utána néztem mi is a helyzet a nyakdugással, mi van egyáltalán ilyenkor. Ott találtam cikkeket arról, hogy a nyakdugás távozás nem kátelezésen jelenti még a számlát azonnali beindulását, csupán azt jelzi, hogy valamikor számlni fog a ná a káreljében. Ez lehet egy napon belül, de lehet egy, vagy két hét alatt is. Főrumokon számomra esetet olvastam, ahogy tbbeknek is sokkal kószább egy, két hét után indult be valóban a számlát. Vissza is hívtam anyámat, ne aggódjon, mert semmi gond, legfeljebb vele toltam ki, mivel fálláslegesen levitték a gyerekeket, s most neki kell rendeznie árukét, miközben én nem is számlát még. A vajdás a számlát a főrjemnek a faluról tártán hazaérkezte után, a városban még sötétltunk egy hosszat a dólután folyamán. Kószább, este nyolc 3ra kárrel elment filmet kószá-teni, én pedig a lakásban a házimunkával foglalatostkodtam. Tíz 3ra kárrel eszembe jutott, hogy aznap tulajdonképpen egy kárrel ká-vál nem ettem semmit, s még giscsak ennem kellene valamit, arra az esetre ha netán beindulna a számlát, ne kerüljek energia hiányba, s ne legyek gyenge. Valójában ugyanis az azt megelőző nap sem ká-vántam semmiféle ételt, s igen keveset ettem, ráadásul amit ettem az is folyamatosan ment ki belülem. Nekem akkor úgy tnt, valami enyhébb gyomormenés-szerésget kaptam, kaphattam, miközben nem tártátot már, s mint hogy a szervezetem tisztult, tisztította magát, kószálta a számlát. Káztudott, a számlát beindulta után nem javallott a táplálkozás, mert azt tartják, hogy a gyomorműködés leáll az étel a gyomorban marad. Szólságos esetben a vajdás káreljében elfogyasztott ételt a számlátun kihányja kószább. A káreljében, ahol ráadásul a mátt (a császármetés) lehetőséggel is számolnak, ezt messze elkerülik, még a vizet sem adnak. Ájszaka tizenkét 3ra kárrel felbredtem, kezdtem érezni a fájások beindulását. Ami megzavart, hogy nem szokványosan, a korábbi számlátsekhez hasonlóan, a derekamba indultak ki, hanem kifejezetten a hasam alatt elül s el sem értek a derekamig miközben már is abbamaradtak. Mivel rendszeresen jttek a máltak el hasonlóan idtartam letelte után, felkeltem (nem akartam mulasztást elvetni, mint előző jelszaka, amikor reggelre halogattam a felkelést). Megmórtam s kb. harminc másodperc kárrel tartottak. Megbizonyosodtam ezek által a számlát beindulásáról. A felkelés után a fájások ráadásul gyakrabban kezdtek jelentkezni mint előtte, kárrel belül 7-10 percenként a egyformán hosszúak voltak, természetesen volt kezdetük, maximumuk és után hirtelen elcsendesedtek. Az ajtának támaszkodva a hágtérincemet mentes-tve a társal,

hagytam, hogy a máhísszeházdás minál teljesebb legyen, miközben befele figyeltem a mályeket lálegeztem. Hájlát adtam a árrendtem minden bekívvetkezám fájjalomnak s elképzeltem amint tágulok a amint egyre tágul, megnyá-lik a száhálmucsatorna bennem. Az előbbi száhálmóseim aránylag hosszó, 12 ársás, vajódásai alapján arra számítottam másnap dőlelőtt, vagy dőlkőrál meglesz meg a baba. Nagyon árőráltem a gondolatnak a bizakodva, derősen megnőzegettem időnkőnt, a fájjalommentes időszakokban, a másik szobában előkősző-tett mázseskosarat. Kőzben náha egyet, egyet rőgott, mocorgott a baba a pocakomban s a gondolatban ádvőzőtem, hogy nemsokára találkozzunk idekint. Ekkora már őjszaka volt, csend a langyos meleg, a pedig egyedől sőtőltam a lakásban. Kőzben őztem az ársát, fől kettőtt mutatott. A főrjem mág nem őrkezett haza, holott egy ársára ágőtte meg. Igaz azt is megegyeztők, ha beindul a száhálmó felhővom a azonnal indul. Felhővtam jőn-e már haza, de nem mondtam meg a száhálmó beindulását, ugyanis azt mondta a őppen indulőban van s nem akartam riadóztatni, valamint nem akartam telefonba kőzőzőlni a hárt. Perceken belül őgyis itthon volt a a saját szemővel konstatőlhatta a fejlemőnyeket, amit egy őbkőnt is sejtett mikor felhővtam. Rőntott tojást evett, aztőn megegyeztők, egy ársőcskőra le kell fekődjőn, mert nagyon főradt. Ő is másnap dőlelőttre tippelte a baba őrkezőst s ahhoz őrte az időtt. Megkőrt, ha netőn hamarabb jőnne kőltsem fel időben, ne az utolsó percekben, mert őssze kell szednie neki is magát. Teljesen őbernek kell lennie, ahhoz, hogy minál jobban jelen tudjon lenni amikor megszáletik a baba a nyilván utána is, amikor az ő feladatainak nagy rősze kővetkezik. Szemőly szerint kifejezetten árőltem annak, hogy lefekszik s nem vőrakozik mellettem főradtan. Ágy őra nyugodtan lehettem a magam dolgaival. A sőt tojás szagőtlő felfordult a gyomrom a őmelygőseket kezdtem őrezni. Kis időre oldalfekvőben, mivelhogy ilyenkor hőtál nem javallott, ledőltem az őgyra. Egy főlőrsőra terveztem a pihenőst, de egy kerek ára lett belőle. Kőzben meg alig volt, csak vagy háromszor, máhísszeházdás, s az is előggő kellemetlenől őrintett ágy fekődve, miközben amikor sőtőltam olyan is volt, hogy egy negyedőra alatt háromszor házódott őssze a máhem. Aki szőlt, vagy aki jőrtas ebben a tőmőban tudja, hogy ilyenkor amennyire csak lehet mellőzni kell a lefekvőst, eldőlőst a minál tőbbet kell őllni, jőrkőlni sőtőlni, annak őrdekőben, hogy a baba sőlya kifejttesse a maga őldősos hatását. Ugyanis a baba fejőnek nyomása a máhnyakra szoros ősszefőggőben őll a máhísszeházdás sokkal a elengedhetetlen ősztőnző hatást fejt ki az őrdekőkben. Aelni is pl. lehetőleg inkább csak a fájjások idejőn ajőnlott, s azt is őgy, hogy a baba helyzetőnek főggőlegegessőge megmaradjon tovőbbre is a ugyanakkor a csőpő is táguljon. Ez őrt jő pl. ha tőmlás szőkre őhálnk csak fordő-tva, a tőmlájőval szemben, a lábunkat őttőve rajta. Kőrálbelől nágy kőrál kezdtem előra sőtőlni, kőzben a pihenőst utőn, a gyomrom helyre őllt. Az ősszeházdás sok kőz őtt náha beereszkedtem egy olyan joga pozőciőba amely ől azt tarjők, hogy a csőpőtt nyitja a a segő-t a baba fejőtt minál inkább a száhálmucsatornőba irőnyő-tani. Nagyon jő őreztem magam a hajnali csendben. Előrasztott az belőlrő jővő nyugalom, biztonsőgőzet, amely egy őbkőnt minden száhálmó jellemzője, amennyiben a ná hagyja ezt megtőrtőnni magőban s nem aggődja től a folyamatot, vagy nincs benne tőzött ellenőllás az esemőnyeket illetően a termőszetesen amennyiben hagyja a nem zaklatja től a kőrnyezete sem őtt. A teraszunk ajtőja nyitva volt s őramlott be rajta a háls, tiszta hajnali levegő. Csak azt sajnőltam kisső, hogy nincs udvar a kőzelben, ahová kilőphetnők, hogy kőzvetlenől őrezzem az egysőget az egősz termőszettel. A fájjások kőz őtti időkben a teremtő mikőntjőre, folyamataira, a teremtő azonossőgomra gondoltam a azt erőstőtettem magamban. Eszembe jutottak ői ismerőseim, korőbbi száhálmóseim s mág számos ezzel kapcsolatos gondolat. Mikor mindezeket már kimerőtettem, s őreztem, hogy belefőradok, tőrelmetlennő vőlok, levezetőskőppen mág egy, kőtt kintfelejtett gyerekrőtt ősszefogtam a helyreraktam a lakásban. Ez a tevőkenykedő kifejezetten jőlesett. Sző-vesen feltettem volna valami lőgy zenőtt is, ha nem sajnőltam volna

megtérni ezt a magányos, ká-vál belül nyugodt, bensőséges csendet. A kis tevékeny kitörő után visszatértem korábbi hangoltságomhoz és gondolataimhoz, már amennyire lehetett most már, mert egy negyed éra alatt kb. két hérom fájás mindig jött. Át éra ká-ról intenzív-vebeknek kezdtem örökölni fájdalomat, már a derekamig is kezdtek hátra öni, de ami még ennél is fontosabb, hogy jobban éreztem magam, amikor nyomtam, nyomkodtam, mint amikor nem a fájások alatt. Ahogy ott álltam az ajtó felfájásnak támaszkodva, enyhén szétterpesztett lábakkal figyeltem a fájdalmat beugrott a kőp, hogy megnylik a szélűcsatorna a lábaim ká-zott amint nyomok s kicsúszik lefele rajta a baba, vagyis még akár a gyávllva is megtudnám szélűlni a gyereket. A váratlan bevillanást megillettem, kissé meg is ijedtem. Gyorsan mentem felkötteni a örmem, de mivel a fájdalom nem volt túl intenzív, lazíbban fogalmaztam s azt mondtam igyekezzen felkelni, mert úgy néz ki, nem vagyok biztos benne teljesen még, de beindultak a toló fájások. Jár radt volt még mindig, megkérdezte hány éra. Negyed öt volt. Visszajöttem a nagyszobánkba s letérdeltem a széknek támaszkodva. Nem ártam, de amikor az öjszaka folyamán a örmem hazajött felvettélk a szűnyegre és letettem helyette kisebb, kényelmes, puha pokrécét, amit letertettem egy fehér vastag pamut pelenkával. Erre térdeltem most. Ez a térdelés és széknek támaszkodás volt a bevált, kedvenc szélűlési pozíció, Elődököt és Csillukát is a gyávlltem. Még egyszer innen átszártam a örmemnek, hogy járjék, ha nem akar lemaradni, plussz én sem szeretném stresszelni magam az ő hiánya miatt, hanem teljes mértékben a szélűlére szeretnék figyelni. Ott is állt elöttem azonnal. Időközben meg jöttek a fájások s én kezdtem nyomni. Előg hosszan tartottak. Már nyomtam jár sokat mire őjbál lélegzetet vettem s még mindig tartott a mőhősszehűzűdás, még mindig lehetett nyomni. Nyomás közben, s ká-zott meg az is járt az eszembe, hogy kijék az, kijék az, kinyomom, világra hozom azt, amit kilenc holnapon át neveltem. Két fájás (mőhősszehűzűdás) ká-zott, egy kis tévkárral megnéztem mekkora a tágulás és egyáltalán mi létszik odalenn. Ott, ahol eddig csupán egymáshoz térdűdű izomkötetek létszottak, most már egy csillagszerű nyálás keletkezett. Bent a ölyben pedig létni lehetett egy kis sőtöt és szélűrkés valamit. A magzatnak a burka gondoltam. Ebből tudtam, hogy kázel állunk a végkifejlethez, de a magzatváz még mindig nem folyt el. A kávetkezésű ősszehűzűdásnál határozottan éreztem, ahogy a baba csúszik lefele a szélűcsatornán, amint nyomok. Hirtelen szerettem volna, ha örmem is a búrűmbe bájhatna és ő is világosan léthatná, érezhetné azt amit én, kázetlen rőse lehetne abban az ölményben amin átmegyek. Persze ilyesmi nem lehetséges, ezért a fájások ká-zott igyekeztem elmondani minél rőszletesebben mit tapasztaltam, s hozzátettem még az is lehet, nemsokára megszűletik. A rákvetkezésű fájás ugyangy telt, még a sokat emlegetett székélősi ingert is lehetett érezni, de nem mertem tovább nyomni, elengedtem a fájdalmat. Nem jött, hogy elhiggyem ilyen kánnynen kitud jenni. Mondtam a örmemnek: kávetkezésűkor ézmegemberelemé magam és addig nyomok teljes erőmből, ameddig a fájás tart. Lesz, ami lesz. Kissé hiányzott az előbbi szélűlésekől megszokott biztatás, de annyira kázel érezkedtem a főlűdhűz, hogy nem ört kázel hozzáim és egyökönt is az volt az alapállás, hogy rám bzza, tudom én, érzem én mit kell tennem. Arra lettem figyelmes, s amit nem vettem észre, vagy talán nem is tudatosítottam ennire világosan a korábbi szélűléseimnél, hogy amikor fájások ká-zben nyomtam szinte semmit nem fáj az égész. Vártam a medencőmet szétfeszítű örsőket, vagy valami hasonló nagy fájdalmasat, de semmi. Csak akkor fáj, amikor az ő lélegzetvételnyi időre, vagyis a belőgzésnél nem nyomtam. Közben beszélgettünk a örmemmel az előbbi ősszehűzűdás után, kezdtem érezni, hogy őra jék a fájás és figyelmesen báj, de bevettem minden erőmet. Egyszer csak pukk, egy kis magzatváz szétfröccsent és után nyomban megjelent a baba feje és finoman kikanyargózt a teste, a fehér pelenkára. Amikor a baba fejét megláta a örmem kezdett biztatni, hogy nyomjam, mert jék, s báj én is jár léttam, amint szépen kikagyúzik, s akarattal vettem vissza kicsit a nyomás erejét, hogy

minál simábban menjen s ne legyen túl gyors a kijárat, azért jött esett s mintha még plusz erőt is adott az a kis biztatás, rácszövetel. A váratlan ásváratlanul kánnnyál, meglepetésszerű kibájtást mindketten felneveltünk. Tekintettel a magzatburok ápsárgőre kásámbre saccoltam a megérkezett, s még egy, kőt nyomkodásra számítottam. A fártjem azonnal felvette a kis megérkezett áss orral lefele, a fald fele tartotta, azért, hogyha esetleg a lőgőrátaiba magzatváz került volna tudjon kifolyni. A baba kőzben felsőrt. Ezután a mellkasomra tették a megnyugvása árdékőben is, de hiába takargattam be, s melengettem mindenféle tártárláklámuvel, pelenkával, nem nyugodott meg, úgy ahogy tették a testvérei ilyenkor, akik nemcsak hogy megnyugodtak, hanem még szopni is kezdtek azonnal. Miután a fártjem felállítottette csak akkor nyugodott meg végül. A szoba háts levegőjőre vezettem vissza a viselkedéső, vagyis arra, hogy rosszul esett neki a háumőrsőkleklálánnbsőg az anyamőh őss a kálásőm kőnyezetben tapasztalt kőzűtt s erre kálálánnősen őrzőkeny volt, hiszen még őgy is huszonköt fok kőráll biztos volt a szobában. Vártunk egy keveset, s mikor már nem láktetett a vőre a kőldőkzsinorban, a fártjem mindköt felül elkőttőtte őss elvőgta az őltalam neki megtartott kőldők zsinort. Ez számomra őjdonsőg volt mert eddig ezt a mőveletet mindig egyedül véggezte. őgy vőltunk kálálánn szerencsősen egymást őss a kis Szabolcsunk megkezdte az kálálánnőllá őlető. A fártjem feladott rá egy kezesőbast őss őjra visszaadta nekem, most már nyugodtan őss figyelmesen nőzelőűtt, még szopott is s őn is őlvezhettem az első egyőttlőnk boldog perceit. Eme rővid kis idill kőzben az őrára nőztőnk s kiderőlt, hogy elszaladt már őromnegyed őra ami őta megsőletett, a mőhlepőnyre is gondolni kellett. A fártjem behelyezte a bábő a kőzelemből levő mőzeskosőba őss mondta, hogy a kővetkezőm mőhősszehőz ődősnőll nyomjam ki a lepőnyt. Nem kell azt kálálánnősebben megjegyezni, mindekőzben folytatődtak a mőhősszehőz ődőssok. A kővetkezőm ősszehőz ődőssnőll, az őgy szőllőn őlve egyet nyomtam őss valőssőggal kiugrott, megsőletett a mőhlepőny is, pőr alvadt vőrcsom őt őrsasőgőban. A fártjem gyorsan megvizsgőlta, s mivel mindent rendben talőlt mősdpercek alatt eltőntette a szemem előul. Utőna felvette a pokrőcot meg a pelenkő, feltőrt őlőte a főldet őss minden rendben volt a szobában, mintha semmi sem törtőnt volna. Csupőn a mőhvisszahőz ődőss okozott főjdalmakat tovőbbra is. Ezeket a periődikusan intenzővebb ősszehőz ődőssokat a mősdik szőllősemtőul kezdve sokkal őrzőkenyebben őss őlesebben őltem meg mint az első szőllősnőll, ahol tulajdonkőppen minden kálálánnősebb őrzőkenyőg nőllkőll hőz ődőss vissz a eredeti mőretőre. Egy őbkőnt olvastam, ez mőss nőknőll is őgy van. Főknőnt akkor hőz ődőss (főjt) amikor a kicsi szopott s őgy törtőnt ez kővetkezőm kőt, hőrom, nőgy napban is. Felkeltem az őlőm helyzetemből s bőr nem volt kálálánnősebb szőksőg rő, mert sem rajtam, sem a ruhőmon még vőrpőttty sem volt, letusoltam őss ruhőjt vőltottam. Kőzben a kicsi nőzelőűtt, majd elaludt. A kőssőbbiekben felhővtam a szőleimet őss a testvőrkőket, hogy előssőgoljam a őkicsi baba ő megérkezősső. őssk nyilván azonnal lőtni szerettők volna, miután a nagyanyjuk hőtőrtő biztatőssőra illedelmesen gratulőltak. őss teljesen felvoltam dobődva, kifőradőst egy őltalőn nem őreztem, nem is tudtam elaludni egőss nap. Pedig aznap este még egy őjt nem aludt őjsszaka vőrt rőm, mivel a kicsinek, aki a kőssőbbiekben a nap folyamőn tőbbsőrt is szopott, ekkora kezdett beindulni az emősztő rendszer őss nyugtalan, nyőg ő lett, akőrcsak a testvérei, akiknőll ugyanez az első őjsszakai nyugtalan alvőss szintőn jellemző volt. Most, az őttődik napon a mőhem mőr nagy ősszt visszahőz ődőss. Sőt, lecsengett az őta a tejmegindulőss okozta mellfeszőllőss, meg a mellkisebesedőss őss begyőgyulőss is. Minden rendben van, hőla az őz őgnek őss őss mindannyiunknak. A baba sokat szopik, alszik őss kakőll mint minden egősszőges őjssőllőtt baba. Vőgezetőll a főllemeimrőul pőr sző őss nőhőny kővetkeztetőss. Annak ellenőre, hogy mindhőrom korőbbi szőllősem otthon törtőnt, pozitőv őlmőnyekkel telten őss mindhőrom utőn azt mondtam, milyen jőss lesz majd megismőtelni, még ősem mondhatom,

abszolút mentes voltam minden kórtelytől, főlelemtől, de legalábbis időnként elmuáll³
nőmi szorongást a szőlőst illetően a vándárság alatt végig. Meglepően nyugodt és
magabiztos voltam a vándárság elején, de aztán eszembe jutott, hogy a barátom is Á-gy indult s
végül mégis felment a kórházba s a negyedik gyereket ott hozta világra. Később kiderült a
lelki, szellemi oka, amiért az egész megtörtént, mégis kórtelyeket ábrásított bennem, azt
illetően vajon megtettem-e mindent a zavarmentes szőlőst őrdében? Először vagyok-e
ebben a tekintetben? Meg kellett állapítanom egy oldalon bizony vannak hiányosságaim, mégpedig
nőmiképp, nagyobbak mint amilyent én szerettem volna elképvelni. Mivel, kőlelemtől zű
objektív és szubjektív okok miatt, a mozgást elhanyagoltam egész vándárság időszakom alatt, a
végére felelőképp, jóval fáradkonyabb lettem s nehezkesebben is mozogtam mint a korábbi
állapotossáigaimban. Ágy arra számítottam ez a szőlőstem fájdalmasabb lesz, mint az elmuállék
és az igazat megvallva leginkább attól félttem, hogy nem lesz először a nyomáshoz,
mivelhogy ernyedtek, lanyhák az izmaid. Persze azért azt is tudtam, hogy az első vándárságom
alatt sem mozogtam valami sokat, mégis jó sikerült a szőlőst, de azért nőmi belső
bizonytalansági tényezőt ez adott. Ez a főlelemem, mint kiderült alaptalannak bizonyult, mivel bár
a mozgás hiányzott a szellemi ráköszőlőstem, amelyre nagyon is figyeltem felőlrta,
korrigálta, kijavította ezt a hátrányt. Legalábbis én Á-gy gondolom. Tővedés ne essen ezzel
nem azt akarom mondani, hogy nem kell mozogni legalább a hosszabb séták erejéig, az áldott
állapotunk alatt. A mozgás hiánya, ami szoros ásszefűggésben áll az Á-gy beáll³ gyengébb
anyagcserevel, nőmi kővetkezményekkel jórt vizont a baba testsúlyának alakulásában.
Megfigyeltem ugyanis, hogy az első babánknál, akivel a karate edzéseket abbahagytam még az
állapotossáig lelegején 2800 gr.-al szőlőtettem. A másodikkal masszív-rozást kőnt dolgoztam a
vándárság elején és később az őrtől, hatodik hátsó naptól, ha nem is rendszeresen, de el, el
jórtam hetente egy, egy edzésre, 3000 gr.-al szőlőtettem. A harmadik, akivel rendszeresen jórtam az
elejétől az utolsó hátsó edzésekre 3200 gr.-al szőlőtettem. Az negyedik babám pedig, akivel nem
jórtam edzésekre, sőt azon kő-vál is aránylag keveset mozogtam a szabadban 2800 gr.-al szőlőtettem
és 50 cm. Hosszú. Meg persze fel is szedtem jó pár kilogrammot pluszba a csőkkent anyagcsere miatt.
A végrembe levő vas is jó volt a korábbi kőrt vándárságom alatt, most pedig a vashiány
kimutatható volt, akőrcsak az első vándárságomnál. Persze hást nem ettem egyik áldott
állapotom alatt sem. Ezt csak azért Á-rom, mert az első gyerekünk a családi orvosom finom
cőlzásokat tett arra, hogy talán az őrt ilyen kisebb súlyú a baba, s az őrt van vashiány is, mert
nem fogyasztottam hást. Azt, a mai időkben szinte lehetetlennek tartom, hogy az ember teljesen
főlelemmentesen őlje meg az vándárság állapotát, de azt igenis lehetségesnek és ajánlottnak is
tartom, hogy sokkal kevesebb fállásleges és őrtelmetlen főlelmet s ezáltal felelősség
áthárítását időzzen be magának. A karate edzéseken tanultam meg azt a filozófiát, amely Ágy
szőlő : főlsz a vizsgát, edz tőbbet. Addig edz gyakorlatilag és mentálisan, ameddig májr
őrzed, hogy nem főlsz, s egyszer csak azt tapasztalod, amikor ki kell állni valásban nem főlsz,
ráadásul mindent jó csinálsz. Lefordíva ezt a szőlőst, főlsz a szőlőstől, lőgy
őberebb, kőszőlő tőbbet rá. Rőviden, vizsgáld meg magad kő-vál, belől az
őletkőlmőnyeid, a betegsőgtőneid, a konfliktusaid, a szőlősi horoszkópod
főnyőben, meditálj és mantráz, igyekezz minől jobban megtisztulni, átalakulni, a helyes
alapállást felvenni minden szinten az egyetemes őrtőkek, igazságok szerint, s végül nem fogsz
főlni májr a szőlőstől, a szőlőstőkor s ami a legfontosabb, hogy jó csináld azt. Kedves
anyuka, vagy leendő anyuka remőlem, hogy e beszámómmal egy keveset segítettem, hogy
őberem, zavartalanul, szabadon, őnállán és pozitív őlmőnykőnt őld meg a szőlőst, ha igen,
akkor nem volt hiába valás a fáradósom má-g e sorokat lerőttam és őrvendek neki.
Szabolcs az első rőkbán

Az apuka és a kis Szabolcs

