

detkityumen.ru

Мой первый необычный отдых

После долгих поисков любимого человека, я наконец-то нашла свою вторую половинку. Поженились через полгода после знакомства. И сразу запланировали поездку на море на наш медовый месяц. Для отдыха мы выбрали город Геленджик, Черное море. Дорога была не близкая, еще и на машине, 3 дня в пути. Но при этом уже был сделан подарок мужем, долгожданный и желанный, который преподносил мне невероятные сюрпризы в течение всего моего отдыха.

Хлопоты и маленькие радости ожидали меня всюду. Я все - равно была рада, что этот отдых состоялся. Ведь потом уже, после рождения малыша, все наши помыслы были устремлены на него, и было бы не до путешествий. К тому же столько плюсов от поездки будут, не только приятные воспоминания, но и много положительных впечатлений и полученного адреналина. Новые места, единение с природой, морской воздух, благоприятный климат. Все это будет только на пользу будущей маме. Главное все правильно организовать для поездки, и тогда доставим себе незабываемое удовольствие, а поездку и отдых будем вспоминать всю жизнь. Медовый месяц – время единения новоиспеченных супругов. Атмосфера безмятежности и отдыха непременно пойдет на пользу обоим супругам, и малышу в животике. Главное – надо всегда помнить об интересах маленького человека, которого с нетерпением ждем. Так, мы пришли к выводу, беременность и отпуск на море являются наиболее идеальным вариантом в нашем случае. Весь мой отдых сопровождался токсикозом, не постоянно конечно, но все – таки не давал забыть о себе. Укачивание еще больше этому способствовало. Хотя как же без морских прогулок на отдыхе. Пришлось закрыть на это глаза, собрать все свои силы и набраться терпения и прокатиться по воздушным волнам на катамаранах. Поверхность моря всегда колебалась. Одно дело наблюдать за волнами с берега, иногда это лишь легкая рябь на воде, иногда ряды гребней с веселыми белыми барашками. Другое дело было, испытать эти волны на себе, вроде плавные и приятные, укачивает словно колыбель. Но в моем положении эта была пытка и организм не справлялся. Но каждое утро меня одолевало желание прокатиться. И с новыми силами мы отправлялись в путь. Эти укачивающие поездки запомнились надолго. Не упуская возможности получить еще больше впечатлений, я испробовала также канатную дорогу. Здесь только положительные эмоции. Кровь полна адреналина. Кипящий адреналин в крови — незабываемое ощущение. Страх не было, только наслаждение. Лучше делать все, что хочется, а не жалеть потом о не сделанном, конечно, только в рамках разумного. Загорала и купалась каждый день, с утра до вечера. Купание очень даже полезно, так как тренирует дыхательную и мышечную системы. Поэтому я не только оздоравливалась, но и при этом готовилась к предстоящим родам.

Отмечу и одно из моих увлечений, танец живота. Хотя для беременных он богат своими «подводными камнями», а потому им нужно заниматься с осторожностью. Я специально узнала из истории, что танец живота – это ритуальный танец, при помощи которого умелые жрицы помогали будущим роженицам подготовить свое тело и разум к родам. Танец живота был призван облегчить сам процесс родов настолько, насколько это возможно. В танце молодые беременные девушки укрепляли свое тело: практиковали движения и растяжки, которые облегчали появление ребенка на свет. В некоторых африканских и азиатский регионах используется прием втягивания и выпучивания живота (элемент восточных танцев) как подготовка к родам для молодых женщин. И почему бы тогда и не изучить это очень красивое и сложное искусство, которое к тому же является очень благотворным для здоровья. Ходила я на уроки с удовольствием.

Каждое утро, каждый день дарил мне радость и спокойствие. Я просыпалась и любовалась пейзажем за окном. Море имеет в себе удивительную энергетику. Оно заставило испытать уже дома, вернувшись, чувство

ностальгии и тоски по мерному шелесту набегающих волн. То есть оставило в памяти только позитивные чувства. На юге я постоянно находилась в плену морского пейзажа, вид такой уникальный и захватывающий. Точнее можно сказать, ландшафт был таким зрелищным, насыщенным и, самое главное, естественным. Каждый кадр в мне дышал ощущением морской свежести, меня каждый раз ударял в лицо прохладный морской бриз, и чувствовала постоянно запах водорослей и соленой воды, а в голове картина дорисовывалась, что где-то высоко, над головой, донесется крик чайки, высматривающей в бирюзовых водах моря вкусную рыбку. На походах я погружалась в лес густой на возвышенных холмах, далее были прекрасные водопады. Они вызывали радость и уравновешенность. Они притягивают своей экзотикой и мощью. Просто божественно красиво, сказочные, поразительные, своеобразные шедевры красоты и изящества. Разве можно остаться равнодушным при виде потоков воды стремительно мчащейся вниз, с грохотом разбивающейся на миллионы мелких частиц, и неся при этом влагу далеко вокруг. Это чудо! Водопады мира всегда привлекают к себе людей, тем более они служат излюбленным и желанным местом. Эта неповторимая борьба между стихиями земли и воды – просто чудо природы.

Наш скромный отдых на этом завершался, поэтому отмечу и роль дорожного приключения. Ведь вся бесконечная дорога на юг улетала лентой вдаль, далеко – далеко за горизонт. Оставалось только наслаждаться видом из окна машины. Ближе уже к югу, заморозил настоящий серпантин, который взбирался на каждую гору, спускался с нее и продолжался между горами. В тени растительности гор было так свежо. Бывало, стоял туман. Сквозь деревья, нависающие с обрывов перпендикулярно земле, был отличный вид на море. Ночью останавливались в гостиницах. А утром снова в дорогу. А на обратном пути, не могу не отметить, остановку в Волгограде, Мамаев Курган. Символ вечной славы. «Зелень деревьев, голубизна елей, золотые купола православного храма делают мемориал на Мамаевом кургане еще величественнее. И природа, и человек воздают Славу советскому народу, проявившему мужество в кровопролитной, жестокой битве, воздают Славу строителям города на Волге, призывают нас через года нести память о славном прошлом Волгограда – о Сталинграде, о Сталинградской битве. И по праву можно назвать Мамаев курган памятником Славы». Самое главное – любой отдых, где бы и как он не проходил, должен приносить будущей маме как можно больше положительных эмоций. Улыбаться, купаться, греться под лучами солнышка. Что и было в мой отдых.

Авторская орфография и пунктуация сохранены

03 октября 2014 г.

Гульнарочка

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/otpusk/2615/