

Első szerelmem története

Tinédzser koromban sokat gondolkoztam rajta, hogy vajon létezik-e előre elrendeltetés vagy sokkal inkább a szabad akarat – esetleg a véltetlen, ami vezérli életünket. Sokáig szentül hittem, hogy különösen a mai materialista világban nincs már helye a sorsnak, hiszen mindenki vasakarattal valósítja meg önmagát és vágyait, de az élet nem engem igazolt...



Középiskolás voltam, amikor sikerült kikönyörögnöm otthon, hogy elmehessek kedvenc együttesem, a Metallica koncertjére. 1993-ban 16 évesen ez egy életre szóló élménynek ígérkezett – akkor még nem is tudtam mennyire!

A koncert a várakozásnak megfelelően remek volt, addig a pontig, amíg a hangulat annyira a tetőfokára hágott, hogy a küzdőtérben, ahol én is voltam, mint egy hullám megdőlt a tömeg és én a földre kerültem. Nagyon megijedtem, de egy kicsivel mögöttem álló fiú megfogott hátulról és felhúzott. Utána gyorsan elhagytam a terepet és az ülő szektorban kerestem helyet. A koncert után az úton hazafelé nézelődtem a stadion körül, hátha meglátom a fiút, hogy legalább utólag megköszönjem neki, hogy felsegített, de nem sikerült. Később arra is gondoltam, hogy esetleg írok a Pesti Est újságba egy apróhirdetést, hátha olvassa, de annyira valószínűtlennek éreztem, hogy végül nem tettem, így az eset megmaradt szép emlékeknek.

Sok év, sikerek, sikertelenségek, valamint számos változás után estéimet egy kis edzőteremben kezdtem tölteni munka után és zenei rajongásom is új tárgyat talált a Rammstein nevű formáció képében. Ez a gyakorlatok közti szünetekben jó beszédtema lett egy bizonyos fiúval, aki szintén ott edzett és szerette az általam kedvelt zenei irányzatokat. A beszélgetések lassan átvedtek az edzések utánra és 2006 márciusától már nem csak a terembe jártunk együtt.

Innen a történet szinte meszeszerű fordulatot vesz, annyira, hogy még Anyukám is csak hi-

tetlenkedve pislogott, mikor utóbb meghallgatta.

Történt egyszer, hogy esti programként Metallica dvd-t néztünk és az anno 1993-as koncerten nosztalgiáztunk, én pedig felidéztem elesésem történetét és viccesen megkérdeztem, nem Szerelmem volt-e aki akkor felsegített? Mivel minden vicc, ahogy mondják, 50 %-ban igaz, a kérdést félig komolynak szántam, hiszen még mindig pontosan emlékeztem a fiú ruhájára és arra, hogy nagyon hosszú vörös haja volt, akárcsak neki. Ekkor elkerelkedett a szeme, mint aki nem hisz a fülének és elmondta, hogy ő bizony felhúzott egy fehér pólós, rövidgatyás, vékonyka szőke lányt a földről, aki előtte esett el, ahogy feldöntötte a tömeg, és aki utána gyorsan eltűnt a lelátók felé.

Hihetetlen? Véletlen? Lehet, hogy mindketten mással találkoztunk csak hasonló helyzetben? Biztosan nem, ezt a személyleírások is kizárják (az én ruhám is stimmel). Én inkább sorsszerűnek mondanám és maximálisan hiszek benne, hogy nekünk újra találkozunk kellett, és nem csak azért, hogy megköszönjem, hogy felsegített.

Most 2011-et írunk. Amíg gépelek, a melletttem lévő ágyon szuszog 1,5 éves kisfiúnk. Ő még nem jár koncertre csak Zenebölcsibe, de majd biztosan elkezd az is egyszer, én pedig kívánom neki, hogy hasonló élményekkel gazdagodjon.

Szerző: Edit Judit

Forrás: terezanyu.hu

Ez az írás 3. díjat kapott a 2011-es Terézanyu pályázaton

Ételed legyen a gyógyszered

Uborkaleves hidegen

Hozzávalók: 5 dl natúr joghurt vagy kefir, 1 kígyóuborka, kapor, só, bors.

Elkészítés: Az uborkát pucoljuk meg, vágjuk fel apró darabokra, és tegyük turmixgépbe négy deci joghurttal. Sózzuk, borsozzuk. A maradék joghurtba keverjük bele a felaprított kaporot, és amikor tányérba szedjük a levest, tegyünk egy-egy kálnyit a tetejére.

Házi fagy egyszerűen

Hozzávalók: 1/2 kg savanykás házi gyümölcslekvár, 1 tábla fekete csokoládé, 3 ek méz, 1 tasak zselatin (ki lehet hagyni), 2 dl tejszín.

Elkészítés: A csokit feldaraboljuk és felolvasztjuk egy fél deci vízben. A lekvárt turmixgépbe öntjük, hozzáadjuk a csokit és a mézet. A zselatin port 30 pecig áztatjuk annyi vízben amennyi ellepi, majd 2 deci víz hozzáadásával felmelegítjük 50 fokra, hogy elolvadjon. Ekkor a még langyos masszához hozzákeverjük de már nem turmixoljuk. Nem kell fagyasztóba tenni, csak a fűtőszekrénybe. Zselatin helyett hozzá lehet keverni a tejszín. Ha pedig zselatinnal készítjük, a tejszín felverjük habbá 1 evőkanál mézzel és tálaláskor pakoljuk a fagyis pohár tetejére.



Céklaleves

Hozzávalók: 2 cékla, 1 l víz, 1 fej hagyma, 2 dl joghurt, citromlé, méz, só, bors, zsír.

Elkészítés: Reszeljük le a céklát. Zsíron pároljuk üvegesre az apróra vágott hagymát, majd adjuk hozzá a céklát. Pár percig pároljuk ezt is, majd öntsük fel a vízzel. Főzzük puhára, majd turmixoljuk le. Sózzuk, borsozzuk, majd ízlés szerint fűszerezzük citromlével és mézzel. Tálalásnál adjunk hozzá a joghurtot.

Szalonnában sült sajt

Hozzávalók: 30 dkg házi sajt (de lehet bolti, vagy füstölt sajt is), 15 vékony szelet császárszalonna.

Elkészítés: Roppant egyszerű, nagyon finom vacsora, főleg, ha sietősre kell vennünk a figurát. Újjnyi rúdacsákra vágjuk a sajtot. Belegöngyöljük a szalonnaszalagokba és grillen, vagy tepsiben a lerben megsütjük. Zöld- vagy vegyessalátával, de kovászos uborkával is nagyon finom.

Jó étvágyat!

Fogyókúra víz házilag

Németországban a diétázók körében nagy népszerűségnek örvend egy fogyókúra csodaszere, a karcsúsító víz, vagy ahogy a germán nyelvterületen hívják, a Schlank-Wasser.

Bár a recept eredetileg a tengerentúlról származik, mégis Európában érte el a legnagyobb sikert, sokan esküsznek rá, ez a lapos has és a feszes fenék titka.

Fogyás koplalás nélkül

A Schlank-Wasser készítői szerint a zsírégető víz ivása elegendő segítséget nyújt az anyagcsere számára ahhoz, hogy lebontsa a kényes területekre felszaladt zsírpárnákat, vagyis elsősorban a hason és a fenéken fejt ki a hatását – ott, ahonnan a legtöbb nő fogyni szeretne.

A módszer követői szerint ehhez még koplalni sem kell, elég, ha négy napon keresztül nem eszel nehéz, zsíros ételeket vagy cukros édességeket, és ügyelsz rá, hogy a napi energiafelvitel lehetőleg ne haladja meg az 1200 kalóriát.

Tehát, ha minimális mértékben odafigyelsz az étkezésre, és reggel, délben, illetve este, étkezés után

elkortyolsz egy pohárral a karcsúsító italból, a negyedik nap végére három kilót, illetve akár 10-14 centit is karcsúsodhatsz a hasad és feneked tájékáról.

Hogyan működik?

A Schlank-Wasser receptjét egy New Yorkban élő



táplálkozástudományi szakember alkotta meg, és kizárólag természetes anyagokat tartalmaz – gyömbért, citromot, mentát, uborkát és vizet -, így akár otthon

is elkészítheted.

Karcsúsító hatásának titka, hogy minden összetevő külön-külön is elősegíti a zsírbontást és a méregtelenítést, együtt pedig fokozzák egymás hatását.

A gyömbér jó hatással van a vérkeringésre és az emésztésre, az uborka remek vízhajtó, a citrom elősegíti a méregtelenítést, a menta pedig amellyel, hogy serkenti az anyagcserét, és jó hatással van az epére, még az éhségérzetet is csökkenti.

Így készítsd el otthon!

Ha szeretnéd kipróbálni a méregtelenítő, zsírégető csodamódszert, a legegyszerűbb, ha saját magad készíted el a fogyókúra vizet.

Egy kancsóba tölts két liter vizet, majd apríts bele egy körülbelül három centiméteres, friss, megpucolt gyömbérdarabot. Vágj lehetőleg vékony szeletekre egy közepes méretű kígyóuborkát, és szeletelj fel vékonyan egy alaposan megmosott citromot is.

Add az egészet a vízhez, 12 darab friss mentalevéllel együtt, óvatosan keverd meg, majd tedd a kancsót a hűtőbe egy éjszakára, hogy a hatóanyagok kioldódjanak, és az aromák összeérjenek. Másnap reggel kezdheted is a méregtelenítő kúrát.

Forrás: Femina.hu