

Witam wszystkich Szkutników Amatorów

Są plastry i tabletki, i jeszcze inna chemia ale Jeśli mogę pozwolić sobie na doradzenie w kwestii choroby morskiej – proszę tabletki albo plastry założyć dopiero kiedy poczujesz że „już dłużej nie pociągnę”... najlepiej nie używać wcale...

To znaczy że należy ze wszystkich sił starać aby pokonać chorobę siłami umysłu a nie zaczynać od plastrów.

Każdy żeglarz choruje... niektórzy od początku a inni dopiero przy silnych sztormach, jedni są przyzwyczajeni do kołysania jachtu a inni dopiero pierwszy raz są na jachcie.

Kilka porad jak sobie dać radę:

1. Jeśli poczujesz „żołądek podnoszący się do góry” natychmiast wyjść na pokład niezależnie od pogody i głęboko oddychać (tak aż z trzewi) patrzeć na horyzont – to jedyny stały punkt przed oczami. Proszę pamiętać że choroba morska to choroba rodząca się w umyśle, to różnica między tym co widzą oczy, a tym co odczuwa nasz błędnik. Oczy widzą stałe elementy jachtu które się nie poruszają względem Ciebie, a błędnik odczuwa „że wszystko jeździ”. Patrzenie na horyzont pozwala „uzgodnić zeznania” oczu i błędnika. Oczy widzą że to horyzont jest stały i względem niego wszystko się rusza – czyli tak samo jak odczuwa błędnik.

2. Druga najważniejsza zasada – mimo cierpienia i choroby – jakie by nie były jej objawy (łącznie z wymiotami) musisz zająć się jakąś czynnością, taką na której możesz skupić umysł, np. sterowanie jachtem i utrzymywanie stałego bardzo dokładnego kursu wg kompasu, czyszczenie jakiegoś przedmiotu aż do najwyższego połysku, albo pilnowanie żeby trzymana w ręku szklanka zalana po brzegi wodą - się nie rozlała. Takie skupienie pomaga przezwyciężyć chorobę morską.

3. Jeśli czujesz nadchodzącą chorobę – nie wchodzić do kabiny, nie gotować, nie wdychać zapachów kuchni – pozostać na pokładzie i głęboko oddychać.

4. Jest takie powiedzonko wśród morskich żeglarzy: „**nie trzymać zwierząt w niewoli – pawia wypuścić za burłę**” Naprawdę
warto puścić nawet kilka „paw” – prędzej przejdzie choroba. Przy tym dużo pić i wmusić w siebie choć trochę jedzenia nawet suchy chleb. Jeśli przetrzymasz pierwszy dzień chorowania – znajdziesz przyjemność w żeglarstwie.

5. WALCZYĆ, WALCZYĆ, WALCZYĆ Z CHOROBAĄ ABY JĄ PRZETRWAĆ !

6. Jeśli będziesz „umierać” – założyć plaster, lub wziąć tabletkę – to powstrzyma chorobę –**jednak nie ułatwi pokonania choroby** – **przy kolejnym silnym kołysaniu sytuacja się powtórzy...**

Teraz kilka moich wspomnień z pierwszego rejsu po Ogromnym MORZU:

Pierwsze morskie żeglowanie po Zatoce Gdańskiej na trasie Gdynia-Hel :

Rok 1976 - Ogromne Morze Zatoki Gdańskiej, dokumenty załatwione, zezwolenie na pływania morskie jest, klauzula zezwolenia pieczętka w książeczce żeglarskiej jest, mogę płynąć na WIELKIE MORZE...

Nie widać horyzontu bo to przecież ogromne morze, noc ciemna - kompletnie nic nie widać , całkowity brak wiatru, brak silnika (nie ma go wcale na jachcie), wysoka martwa fala, jesteśmy jakąś 1 milę od główek portu Gdynia, kolebiemy się na martwej fali..., i mam wachtę kambuzową.... kuźwa na 6 osobowym jachcie mam kambuz akurat w noc pierwszego w życiu wyjścia w morze.... jacht SY "Amar" z CWM - nie ma silnika od urodzenia, żagle są.... ale wiatru nie ma wcale... Kapitan życzy sobie o 03.00 w nocy jajecznicę na kolację.

Jestem bardzo przejęty pierwszym rejsiem, adrenalina jakoś mnie trzyma, kolega lotem odrzutowca wypada z messy do kokpitu krzyząc po drodze: "*miejsce - będę rzygał...*"

A kapitan chce jajecznicę z cebulką.... i mam zrobić kolację dla 6 osób... (pomyślałem że kapitan to chory facet - jakiś wariat, że coś ode mnie chce w takim sztormie...)

Staję przy kambuzie, odpalam kuchenkę (kopci i sapie ale grzeje) stawiam patelnię, a na drugim palniku stawiam czajnik pełen wody na herbatę. Cebula patrzy na mnie zażawionymi oczami leżąc na drewnianej desce i w tym momencie czuję, że jeśli natychmiast nie wystawię

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 15 września 2014 00:00 - Poprawiony poniedziałek, 15 września 2014 00:11

głowy za burtę to patelnia będzie pełna. Z okrzykiem "*miejsce dla kuka*" wyskakuje do kokpitu i wychylam głowę za burtę... Zdążyłem.... Pawie popłynęły w stronę Gdyni...

Ciężko mi, nie dobrze mi, źle mi, wracam pod pokład do rozgrzanej już patelni.

W czasie krótkiego pobytu na pokładzie zauważyłem, że namiary na światła portu Gdynia nie zmieniły się od dobrej godziny. Pomyślałem "*Matko Boska - przede mną jeszcze 6 dni i 21 godzin rejsu...*"

Jakoś zląłem do kambuza i myśląc sobie że prędzej puszczę pawia do patelni niż wyjdę na górę, zacząłem kroić cebulę. Kapitan siedział metr dalej patrząc na moje poczynania.

Cebula pokrojona, jajka uszykowane leżą tuż przy kuchence, chleb pokrojony, woda na herbatę się gotuje w czajniku, za chwilę będę wydawał kolacyjkę... ale nie... najpierw trzeba puścić pawia....

Pawie to cholerne ptaki które na morzu uciekają na wolność...

Okrzyk : "*miejsce dla kuka- będę rzygał...*" załatwił mi dobre i wygodne miejsce przy kabestanie...

A kapitan siedzi w mesie przy stole i obserwuje patelnię... (kuźwa nic Mu nie jest - a ja rzygam jak kot....)

Po powrocie na dół do kambuza myślę tylko o tym kiedy mogę zrobić przerwę na rzyganie...czy przed wbiciem jajek na patelnię czy po....

Zebrałem się w sobie i ze świetną żeglarską miną stawiam na stole talerze. Przetykam to co mi

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 15 września 2014 00:00 - Poprawiony poniedziałek, 15 września 2014 00:11

podchodzi do gardła i udaję że jest super..... (myślę sobie pier....one żeglowanie co mnie tu pociągnęło... po co ja tu k....a jestem?)

Kubki z wsypaną herbatą (już osłodzoną) stawiam przy zlewie, czekając na zagotowanie się wody, patelnia z cebulką na palniku , nóż w jednej ręce, jajko w drugiej ręce i już nóż leci w dół aby dziabnąć skorupkę, gdy czuję że te cholerne pawie są silniejsze "*miejsce dla kuka- będę rzygał...*" i za minutę jestem znów w kambuzie przy patelni.... Kapitan nadal siedzi przy stole, moja mina mówi że nic się nie stało. Nad patelnią podnoszę lewicą jajko , prawicą nóż i sruuuuuu.... Nóż rozwalił skorupkę, widzę żółtko i białko jak zaczynają wypływać z pękniętej skorupki i lecą w dół na patelnię...

Co jest kurde? gdzie jest patelnia? gdzie jest kuchenka z palnikami? -

Akurat dostaliśmy 9-falę... albo inny większy przechył...

Jajco takie śluzowate robi sru... na greting (podłoga w jachcie) i widzę jak prześlizguje się pomiędzy deskami podłogi do zęzy...

Patrzę na Kapitana - On udaje że nie widzi... szybko zgarniam łyżką, resztę jajka z podłogi i dorzucam na patelnie 2 następne jaja. Szybki "paw za burtą" i znów pilnuję garów.

Jajecznica już gotowa na talerzu, woda na herbatę się gotuje - wszystko jest ok.

Talerz stawiam na stole, jaja posypuję szczypiorkeim, obok sól i pieprz oraz kubki z herbatą i cukrem przygotowane do zalania

Biorę czajnik i kieruję "dziubek" na pierwszy kubek. Przechylam czajnik i zalewam herbatki - w tym momencie widzę jak w kolejnym przechyle jachtu wszystko się przesuwają... 2 wewnętrzne kubki z osłodzoną herbatą podnoszą się w górę, ponad stół kambuza, 2 zewnętrzne spadają na

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 15 września 2014 00:00 - Poprawiony poniedziałek, 15 września 2014 00:11

podłogę i do zęzy, talerz z jajecznicą płynnym ruchem podsuwa się w miejsce kubków i te górne kubki - piękną parabolą wlewają swoją zawartość do talerza i puste spadają na greting...

Jajecznica ze słodką herbatą.... ja pierdzielę.....

Patrzę na Kapitana, a On ze stoickim spokojem mówi:

"odcedź tą jajecznicę i podawaj na stół"

Odcedzam talerz, poprawiam wszystko, dolewam herbatę i podsuwam w stronę Kapitana.

Kapitan przesuwa talerz na brzeg stołu, odwraca się w stronę zejściówki i woła:

"Pierwszy - zejź na dół - kolacja..."

Kolega który był 1 oficerem siada i zjada jajecznicę przegryzając chlebkiem.

Zjadł całą porcję....

Jak skończył mówi do mnie - Adaś coś słodkie te jajca były, ale dało się zjeść :-)

Kapitanowi i reszcie załogi zrobiłem już normalną jajecznicę... :-)

Choroba morska przeszła mi dopiero następnej nocy jak kolega skończył gotowanie makaronu

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 15 września 2014 00:00 - Poprawiony poniedziałek, 15 września 2014 00:11

z keczapem....

Nawet nie chcę wiedzieć co było w tym makaronie... :-)

Na rejsie było super....

Życzę samych przyjemności na rejsie – i stopy wody pod kilem...

Adam

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)