



הריון הוא נס.

ככזה, לא ניתן להתייחס אליו כמשהו שהוא רק טכני, ביולוגי. מעורבת בו נשמה חדשה.

אי אפשר באמת לצפות אותו, אפשר לייחל לו, לבקש אותו, לעשות השתדלות, אבל הוא נס, אי אפשר לשלוט בו.

רופאים מבינים בעיות רפואיות, הם לא מבינים ניסים. הם רוב הזמן לא באמת יודעים להסביר למה הריון מצליח, ולא תמיד יכולים להסביר למה הוא לא מצליח. כי זה לא רק פיזי, יש היבט רוחני ואנרגטי להריון.

זה הדבר הכי קרוב לבריאה, זה החלק האלוהי שנמצא בנו שיוצר את ההריון שבסופו מצטרפת נשמה חדשה למשפחה, ואשה הופכת לאימא.

הבעיה שחוזרת אצל הרבה נשים שרוצות להפוך לאימהות, היא שבשלב מסוים, אחרי כמה אכזבות, הן מפסיקות לצפות לנס, ומתחילות לצפות לאכזבה, והדבר מוביל לעוד ועוד אכזבות.

אחת המטרות של הספר הזה היא לחזק את הציפייה שלך לנס, דרך קריאה של סיפורי ניסים של נשים אחרות.

רוב הנשים במקום לשמוע על סיפורי הצלחה וניסים, שומעות בעיקר על בעיות פוריות, קוראות באינטרנט על בעיות פוריות, נמצאות בפורומים של נשים עם בעיות פוריות, ומקיפות את עצמן בתדר שמפריע להן להרות.

אני משווה את זה למצב של רווקות נצחיות שמסתובבות רק עם רווקות, וידברו כל היום על דייטים כושלים וגברים נצלנים, - עד שהאמונה שאין גברים טובים תהיה חזקה כל כך עד שגם אם יגיע גבר טוב הן לא יזהו אותו, ויחשדו בו, ויתנגדו לקשר איתו, כי מה שהן רגילות אליו זה גברים לא טובים.

נוסף לכך, אני שומעת המון על רופאים שבמקום לחזק ולעודד את המטופלות שלהן, - מורידים להן ציפיות, מעצימים את הבעיות ומייאשים אותן, או פשוט נותנים להן תחושה שהסיכוי שלהן להרות מאוד נמוך דרך ציטוט של סטטיסטיקות מפחידות.

לי עצמי קרו הרבה ניסים בחיים, ואחד הדברים שלמדתי זה לשמוע סיפורי ניסים, בתחומים בהם רציתי להצליח.

כשרציתי להצליח בעסק, למרות שרפואה משלימה נחשב תחום שלא מרוויחים בו – התחברתי לאנשים שהצליחו בתחום שלי, וכך הצלחתי.

כשרציתי ללדת לידה רגילה טבעית ונרתיקית אחרי לידה קיסרית חירום – הקשבתי לסיפורי לידות טובות וגינליות אחרי קיסריות, וכך קרה לי, בלידה השניה שלי.

כשרציתי להתגרש – הקשבתי לסיפורים על נשים שפרחו ושגשגו אחרי הגירושים, וכך קרה לי. אני היום מאושרת כפי שמעולם לא הייתי מאושרת.



1. הריון כפרייקט של עבודה קשה

נעמה, בנקאית דתיה בת 40, התחתנה שנתיים לפני שהגיעה לקליניקה שלי, היא ניסתה להכנס להריון מיד אחרי החתונה, וכבר אחרי חצי שנה הלכה לרופא פוריות בתקווה שיזרז את העיניים. היא הגיעה אליו מיואשת, אחרי 3 הזרעות ו4 טיפולי הפרייה שלא צלחו.

היא ניסתה במקביל גם דיקור, רפלקסולוגיה, שיאצו ושינוי תזונה, והחליפה רופא. כלום לא עזר.

הדפוס שראינו אצל נעמה היה עבודה קשה, היא פשוט התרגלה לעבוד מאוד קשה כדי להשיג מה שהיא רוצה.

כך גם היה כשרצתה זוגיות - היא יצאה לדייטים רבים, השקיעה זמן רב ואנרגיה, ובעיקר חוותה עוגמת נפש עד שהכירה את בעלה.

כשביקשתי שתתאר לי איך הכירה את בעלה, היא סיפרה שדווקא איתו היא לא התאמצה, שהיה משהו מאוד זורם ונעים בקשר מההתחלה, ושהיה לה קצת קשה להאמין שזה זה בגלל שזה היה קל ופשוט, הוא מההתחלה היה רציני והשקיע בה מאוד.

הראתי לה שהיא מאוד רגילה לעבוד קשה, ושזה לא עובד לה הפעם. מה גם שהריון הוא דבר שקורה מעצמו, הוא לא באמת דורש עבודה קשה ומרובה כשהוא טבעי.

נעמה למדה להרפות ולהפתח לקבל בקלות, לשחרר שליטה, להיות, להרגיש, לעשות פחות ולהיות יותר נימוחה, הראתי לה שיש בה חלק שמאוד רוצה ליהנות מהזוגיות החדשה, שיודע שמהרגע שיהיה ילד יהיה לה קשה יותר, והיא רצתה לחוות קצת את ההנאה והכיף הזוגי עם הבן זוג החדש שחיתה לו שנים רבות. היא הודתה שאם היתה בת 35 היא לא היתה ממהרת בכלל להביא ילדים עכשיו.

הגוף שלה הכיר בחלק בה שרצה לחכות עם ההריון ולכן ההריון התעכב.

תוך 5 מפגשים היא נקלטה להריון ראשון, עם הבן הבכור שלה.



2. איך להרגע ולהכנס להריון - הסיפור של אנה

אנה, מנהלת מכירות מחולון, בת 34, הגיעה אחרי שנה וחצי של נסיונות להכנס להריון כשהיא בלחץ גדול. היא ובן זוגה עברו את כל הבדיקות והכל היה תקין לגמרי, לא היתה שום סיבה רפואית לכך שלא נקלטה להריון.

היא הרגישה שמשהו חסום לה והגיעה אליי כדי להרגע, לשחרר מה שחסום ולהכנס להריון.

באבחון עלינו על כמה דברים שדרשו ריפוי,

גילינו שאנה נעה בין לחץ לניתוק,

בין אובססיביות להריון לבין התעלמות מוחלטת מנושא ההריון, דפוס זה גרם לרצון שלה לא להיות יציב, הוא עלה וירד בחדות.

היא יכלה לחשוב על ההריון ולהתעסק בו ללא הפסקה, ואז למשך זמן ארוך לשכוח לגמרי שהיא רוצה הריון.

כדי ליצור הריון אחד הדברים שצריך זה עקביות ויציבות ברצון,

וזה דבר אחד חשוב שטיפלנו בו, היכולת לרצות באופן עקבי, רציף, ויציב. ריפאנו את החלק בה עם הלחץ והאובססיביות, וגם את החלק האדיש והמנותק שבה.

אנה יצאה כבר מהפגישה הראשונה עם הקלה גדולה ורוגע שלא הכירה.

ההורים של אנה התגרשו כשהיתה ילדה קטנה, והאבא ניתק קשר.

האם התחתנה שנית עם אדם שאנה לא סבלה, שאף פגע בה.

ריפאנו את המשקעים של העבר, אנה הסכימה לסלוח להורים שלה,

להשלים עם העבר שלה, להיות שלמה עם בחירות שבחרה,

והתחברה לחלקים בעצמה מהם היתה מנותקת.

היא החזירה לעצמה את האנרגיה שאיבדה.

בהמשך ריפאנו גם את העבר שהיה לה עם גברים,

את מערכות היחסים הפוגעניות שהיו, מהן נשארו משקעים ברחם.

אנה גם עברה צילום רחם כואב וטראומטי, גם את הטראומה הזו שחררנו.

תוך זמן קצר אנה כבר לא חוותה לחץ ולא ניתוק,

היא למדה להיות נינוחה עם עצמה, נינוחה בגוף ובנשמה, והרצון לילד נעשה יציב ורציף.

בתום 5 מפגשים אנה נכנסה להריון באופן טבעי, וילדה תינוקת בריאה.



3. הפחד להיות אמא לא טובה

ג'וליה, עורכת דין מאנגליה, בת 36 פנתה אליי אחרי 3 שנים בהם לא הצליחה להכנס להריון. הביטוח הרפואי שלה באנגליה לא הסכים להשתתף במימון טיפולי הפרייה, הרופאים לא מצאו סיבה רפואית לקושי להקלט אבל לא הסכימו לאפשר לה, IVF היא השקיעה הרבה אנרגיה בנסיון להלחם במערכת ולקבל בכל זאת טיפולי פוריות ובמקביל המשיכה לנסות להיכנס להריון טבעי.

היא עקבה אחרי הביז' והרגישה אותו, שמרה על תזונה בריאה ועשתה ספורט, וכל מה שיכלה כדי לשמור על הגוף במצב טוב ופורה, ועדיין לא הצליחה להרות.

מה שעלה באבחון שלה איתי היה
**שהיא פחדה שהיא לא מסוגלת להכנס להריון,
והשוותה את עצמה ללא הרף לנשים שהצליחו,
עד שהערך העצמי שלך והבטחון ירדו מאוד.**

גילינו שהיה לה פחד גדול להיות אמא לא טובה,
כי אמא שלה לא תפקדה כל כך טוב, וסבלה מדיכאון שנים.
בתור ילדה היא למדה לטפל בעצמה, לבשל לבד, ואפילו לטפל באמא.

הדבר הראשון שעשינו היה **להחזיר לה את המקום של ילדה של אמא שלה,**
כי בגלל מה שעברה היא ויתרה על מקומה והפכה להיות האמא של אמא,
מה שלא אפשר לה להיות האמא של הילדים העתידיים שלה.
זה ריפוי שעשינו עם טכניקה מתוך קונסטלציה משפחתית.

שחררנו פחדים - את הפחד להיות אמא לא טובה, להיות כמו אמא שלה,
את הפחד שלא תכנס להריון לעולם, שהיא לא מסוגלת,
את הפחד שהיא חסרת ערך.

שחררנו את האמונה שכשהיא רוצה - אז אין.
היא הרגישה שהרצון שלה מתבשל לאט מדי, ועד שהיא רוצה - כבר אי אפשר.
ריפאנו את התחושה של ההתפשרות, וניקינו את האמונה שהיא לא יכולה לקבל באמת מה שהיא רוצה.

היו לנו 4 מפגשים, בעקבותיהם ג'וליה התחזקה מאוד, למדה להיות שלמה עם עצמה,
חזרה להאמין בעצמה שהיא יכולה ומסוגלת,
ותוך חודשים ספורים היא נכנסה להריון טבעי וילדה בן יפהפה ובריא.



5. להיכנס להריון כשחייבים להצטיין

רויטל, מהנדסת תוכנה מחיפה, הגיעה אל"י בגיל 40.5, היה לה ילד בן 3 שהגיע אחרי טיפולי IVF בגלל בעיית זרע של הבעל. ההריון היה נפלא והלידה היתה טובה, אבל אחריה סבלה מדיכאון שאחרי לידה.

היא הגיעה לקליניקה שלי מיואשת, אחרי 4 סבבים של טיפולי IVF, **בסבב האחרון לא היתה אפילו ביצית אחת לשאוב**, כך שגם לא היתה החזרה. היא הגיעה אל"י כמוצא אחרון כי מאוד רצתה הריון נוסף.

הדפוס שזיהינו היה "להגיע לקצה".

היא באה ממשפחה של מצטיינים, אנשים שהצליחו בכל דבר מאוד, והיתה עם ציפיות גבוהות מעצמה. מה שגרם לה להתאכזב עמוקות מהתוצאות של טיפולי הפוריות.

היא הגיעה ל-5 טיפולים, בהם **חיזקנו את הלב שלה**, שהיה שבור אחרי כל האכזבות, כי בכל פעם היתה **מצפה ונשברת** כשהמחזור היה מגיע.

עבדנו על **להאמין בעצמה מחדש**, להוריד לחץ מעצמה, להאמין ברחם, לפני שיש תוצאה, ועל **להפחית תחרותיות והשגיות**.

היא החליטה לעשות הפסקה של חודשיים, כדי **לתת לגוף מנוחה**, כי הבינה שדחקה בו ולא הקשיבה לו, כל כך רצתה כבר תוצאות..

כשהתחילה סבב חדש של טיפולי הפרייה, היא נראה שהמצב לא טוב, באולטרסאונד הופיע רק זקיק אחד בלבד, למרות כמויות ההורמונים שקיבלה,

כששאלנו את הגוף למה רק אחד-

הגוף ענה לנו שזה קשור למה שקורה לה כשבוחנים אותה.

הזקיקים הרגישו שהם תחת בחינה וקפאו, כמו שקורה גם לה בחיים, כשבוחנים אותה.

הנחתי אותה לברך את הזקיקים, ולהגיד להם שהיא מרוצה מהם לא משנה כמה ביציות יהיו, וכך היא עשתה.

באולטרסאונד הבא קרה דבר מדהים-

הופיעו 9 זקיקים נוספים עם ביציות חדשות!

הרופא שלה החליט להאריך את הפרוטוקול ליותר על הזקיק הגדול ולתת לזקיקים האחרים עוד זמן לגדול, ועד שהגיעה לשאיבה היו 9 ביציות יפות, מתוכן הופרו 5, והוחזרו 2.

זה היה ממש נס, אחרי שבסבב הקודם לא היתה אף לא ביצית אחת טובה! בהחזרה הזו השתרש עובר אחד, שהתפתח לבת, בדיוק כמו שרצתה! היא הגיעה עם זר ענק אל"י ועם **בטן של חודש שישי** ואחרי הלידה שלחה לי תמונה שלה ושל התינוקת החדשה.



8. הריון אחרי טראומה

רונית, בת 34 מפתח תיקווה, הגיעה אליי אחרי 3 שנים בהן לא הצליחה להרות. היה לה כבר ילד אחד, בן 5, שאינו נכנסה להריון בקלות רבה. היא לא רצתה ללכת לטיפול פוריות, ולא היתה לגמרי בטוחה שהיא רוצה ילד נוסף, כי הקשר עם בעלה השתבש לאחר הלידה.

כששאלתי עוד שאלות על הלידה, גיליתי שהיא **עברה לידה קשה מאוד**, היא היתה מעל 3 שעות עם צירי לחץ ופתיחה מלאה, בלי אפידורל, עברה לידת ואקום וסבלה מקרע עמוק ברמה כזו שכבר הבטיחו לה שתלד קיסרי בפעם הבאה. באופן מפתיע היא לא הרגישה שזו היתה טראומה.

הקשר עם בעלה הפך מאז הלידה למרוחק, למרות שהוא היה אבא נפלא, ותמך בה מאוד אחרי הלידה, בתקופה שהיתה בדיכאון ולא תפקדה. עם כל כמה שאהבה את הבן שלה, בעלה היה קרוב אליו יותר מאשר היא, וזה ציער אותה.

כשניסינו לדבר עם הלב, ראינו שלא ברור לה מה היא רוצה.

הרצון לילד לא היה מספיק חזק כדי שיהיה לביציות שלה חשק לחיות.

היא עצמה לא התלהבה מהחיים של עצמה בכלל. לא היתה בטוחה שרוצה להשאר בזוגיות הזו, או בעבודה שלה, אפילו לא בבית בו גרה. היא רצתה שלילד שלה יהיה אח, או אחות זו היתה המוטיבציה העיקרית שלה.

מאוד הפתיע אותי שהלידה הקשה שעברה לא נחווה אצלה כטראומה, ואז גיליתי שהיתה עוד טראומה גדולה בחיים שלה שלא נחווה כטראומה. – אבא שלה נהרג בתאונה כשהיתה ילדה קטנה. היא לא זכרה אותו, והרגישה שחיה חיים רגילים בלעדיו. אמא שלה לא דיברה עליו כמעט, וגם לא התחתנה שוב. היא לא ידעה כמעט כלום על אבא שלה והוא לא חסר לה.

ראינו שכדי להתמודד עם המוות של אבא שלה רונית יצרה ניתוק פנימי, בדיוק כמו הניתוק שיצרה אחר כך לגבי הלידה הטראומתית שלה.

אותו הניתוק גם גרם לה לא להיות מחוברת ללב שלה, לרצון שלה, לא לדעת מה היא רוצה ואיפה היא רוצה להיות.

כשהיא הסכימה להתחבר שוב לעצמה, ללב שלה, היה שם כאב גדול, שלא יכלה להכיל בתור ילדה. אחרי שהיא הסכימה לכאוב את הכאב על אובדן אבא שלה, ואת הכאב על הלידה הקשה – התחולל ריפוי גדול, היא התחברה לעצמה, לחיים שלה, היא גילתה שהיא אוהבת את בן הזוג שלה ואת העבודה שלה, במקביל היא התחילה לשאול שאלות על אבא שלה, יצרה קשר עם הדודים שלה ולמדה שהוא היה אבא טוב שאהב אותה מאוד. תוך זמן קצר גם נכנסה להריון טבעי וקל וילדה בת מדהימה.



עד כאן, 8 סיפורים על הריונות שהם נס,

אם התחברת לסיפורים ואת רואה בתוכם את עצמך – אוכל לעזור גם לך,

כיתבי לי ל rinat.galo@gmail.com אשמח לעזור גם לך ולהכין אותך לנס הפרטי שלך ©

לפרטים נוספים ומאמרים מרתקים וסרטונים על פוריות כנסי לאתר שלי [/ http://www.rinatgal.co.il](http://www.rinatgal.co.il)

