

Об Аюрведе и не только ...

Александр Писецкий

Это наше путешествие отличалось от всех предыдущих. Ровно два года назад у нас было небольшое путешествие по штату Керала, что находится в Южной Индии. После чего мы остановились почти на три недели в славном отеле Leela сети Kempinski. В свое время я описал это путешествие. Мы познакомились с аюрведой. Результаты нас впечатлили. Не буду рассказывать о болячках, от которых мы там избавились. У меня к счастью особых болячек не было и нет. А у Гали было от чего избавляться. Пример. У Гали к тому времени было устойчивое высокое давление (до 180-200), которое уже практически не сбивалось медицинскими препаратами. После проведенного курса давление нормализовалось. И еще ряд моментов. Кроме того, наши тела очень хорошо прочистили, после чего появилось ощущение легкости. Нормализовался сон, исчез кошмарный компонент, незаметно появившийся в процессе полной стрессов жизни. Все было очень здорово.

Полученного заряда бодрости и здоровья хватило примерно на два года. Хватило бы и на большее время, если бы, по правде сказать, не варварское отношение к собственному здоровью. Галя обычно допоздна работает, поэтому и ужинаем обычно поздно. И много... А как за таким ужином не пропустить чего-нибудь этакого. Не подумайте, что рюмочку. Мы же русские люди, поэтому рюмочкой не ограничиваемся ...

В общем, по истечении двух лет Галя сказала – все, я выдохлась. В сторону всякие Кении и Гондурасы – мы едем в Индию. И мы поехали.

Аюрведа (или Аюр-Веда)— древнейшая индийская методика оздоровления, основанная на лечебных травах и созданная для того, чтобы поддерживать в балансе и гармонии все системы жизнеобеспечения человеческого организма.

Представляется, достаточно точное определение. Это часть ведического учения, относящаяся к телу человека; его здоровью. Сформировалась несколько тысяч лет назад на юге Индии. Штат Керала вроде считается ее родиной. Поэтому в 2006 году мы и поехали именно туда, чтобы прикоснуться, так сказать, к истокам.

Конституция или природа человека дословно означает набор определенных качеств, другими словами, наше тело создано из комбинации качеств пяти элементов (земли, воды, огня, воздуха, эфира). Каждый элемент, будь то земля или вода, огонь в чистом виде в природе не встречаются. В каждом элементе содержится 50 % основы элемента и 50 % остальных элементов в равных пропорциях. Основные элементы: эфир, воздух, огонь, вода, земля проявляются в теле человека как три фундаментальных принципа, или признака, известных как тридоша.

*Из эфира и воздуха проявляется телесный воздух (тонкая флюидная субстанция), который называется Вата-доша. Огонь с водой проявляется как телесный огонь в теле, именуемый Питта-доша., а вода вместе с землей проявляется как телесная вода в теле, или слизь, и называется Капха-доша. Каждая доша поддерживает свои, только ей присущие функции, но все они связаны между собой и поддерживают друг друга. Вывод из равновесия одной из дош повлечет за собой разногласие других дош. На грубом физическом уровне эти доши – **Вата, Питта, Капха** – тесно связаны с внутренними тремя главными системами тела. Вата управляет всей деятельностью нервной системы, Питта связаны с эндокринной системой, Капха связаны с кровеносной системой в теле. На еще более тонком уровне эти доши связаны с умом, интеллектом и ложным эго.*

Существует 10 типов конституций: Вата, Питта, Капха; двойные: Вата-Питта, Вата-Капха, Питта-Вата, Капха-Вата, Питта-Капха, Капха-Питта и трехдошные: Вата-Питта-Капха. Конституции с тройной дошей встречаются крайне редко.

Нам необходимо движение. Оно осуществляется за счет Вата (воздуха). Благодаря присутствию воздуха в теле осуществляется процесс дыхания, движение тока крови по сосудам, транспортировка пищи, посылка нервных импульсов в мозг и из мозга, благодаря присутствию воздуха работают органы выделения.

В теле должен происходить обмен веществ, благодаря присутствию Питты. Питта (огонь) подвергает обработке пищу, несвойственную нашему телу, в естественную для тела, Питта способствует трансформации пищи из одной дхату в другую. За счет тепла поддерживается температура кожи, и Питта отвечает за иммунную систему человека.

Благодаря присутствию Капхи (слизь, вода), которая обладает связывающим свойством, в нашем теле соединяются клетки, поддерживаются мускулы, жир, кости, сухожилия. Капха дает телу стабильность, силу, она увлажняет и смазывает суставы, поддерживает влажность кожи и органов, лечит и затягивает раны, способствует свертыванию крови при ранениях. Благодаря присутствию Капхи увеличивается мускулатура тела.

В этом учении много всего наворочено. Очень коротко – эти три доши (Вата, Питта, Капха – воздух, огонь, слизь) должны в человеке находиться в равновесии. Тогда человек здоров. Но в силу различных причин это равновесие нарушается. И тогда человек болеет. Аюрведический доктор в первую очередь определяет твой тип. Например, у меня - *Karpha Pitha* (смешанный тип); у Гали - *Pitha Karpha*. В соответствии с этим он назначает диету. Потом он выясняет, как нарушено равновесие твоих дош. Какая доша угнетена, а какая наоборот чрезмерно активна что ли. И в соответствии с этим он назначает курс процедур, которые должны восстановить равновесие дош. Если доктор правильно определил степень «смещения» дош и в соответствии с этим правильно назначил процедуры; если процедуры будут правильно (профессионально) проведены, то после курса процедур доши должны прийти в равновесие. Все – ты здоров. Иди гуляй.

Просто как апельсин. Ребенок лечить может. Не нужно знать кучу болезней человека – всякие там артриты, гаймориты, и прочие раки. И соответственно лечить их. Простота ...

Аюрведа создавалась и совершенствовалась в течение столетий. Потом с проникновением в страну современной (западной) медицины она была предана некоторому забвению.

/На самом деле западная медицина – это просто. Болит ухо. Открыл справочник на букву У – ухо. Болит ухо – отит. Нужно закапывать в ухо капли под названием ... /

А несколько десятилетий назад в Индии возродился интерес к аюрведе. И не только в Индии. Современный настоящий аюрведический доктор должен иметь современное медицинское образование, после чего еще несколько лет осваивать собственно аюрведу. И не факт, что после этого он будет хорошим специалистом по аюрведе, что, впрочем, относится и к любому доктору. В Керале мы видели массу табличек, на которых написано – «Аюрведический центр». Естественно сложно найти хорошего специалиста.

/Как в Таиланде масса - массажных кабинетов. Да что там кабинеты – по пляжу массажисты десятками бродят. Естественно все специалисты экстра-класса./

В 2006 году в Керале мы встретились с нашим соотечественником, который рассказал, что он уже не первый раз приезжает в одно и то же место. Снимает комнату (дикарем по советской южнокурортной терминологии) с полным пансионом и аюрведическими процедурами. Все про все - 50 дол в сутки. Очень доволен. Собирается еще приезжать. Только отношение это имеет к аюрведе весьма косвенное.

С чего все начинается? Естественно с беседы с доктором. Ты вываливаешь ему всю правду о куче своих проблем.

/Мой совет – к этому лучше подготовиться заранее и записать это все на бумаге. А потом перевести на английский./

Беседа будет идти на английском (если вы конечно не знаете малайялам – язык, на котором говорят в Керале). Или через переводчика. В процессе беседы достаточно беглый осмотр, и – замер 4. Обычно 2-4 процедуры за сеанс примерно в полтора часа. Чаще всего сеанс начинается с общего масляного массажа, длительностью минут сорок. В этой и многих других процедурах применяется смеси масел, в основном на основе кунжутного масла. Смеси могут настаиваться на различных травах. Различные массажи – сухой травяной горячей пудрой, мешочками с травой и т.д. Список и описание некоторых процедур смотри в приложениях. Не буду на этом останавливаться. Процедуры проводит твой индивидуальный массажист; большинство процедур с еще одним массажистом. Мой главный массажист (Кумар) молодой человек, окончивший колледж по аюрведическому массажу. После чего проходил годовую практику в другом аюрведическом центре. Работал со мной каждый день в течение трех недель без выходных! После этого получит отпуск дня два.

Кроме этого каждый день дают пить микстуры и таблетки. Все только на основе трав по аюрведическим рецептам! После окончания курса процедур доктор дал с собой еще кучу таблеток почти на четыре месяца, которые нужно принимать по определенной схеме. Естественно каждому свои. Многие изготавливает известная уже и у нас фирма Himalaya. И только для продажи в Индии и Непале. Как у многих травяных препаратов действие может быть неспешное (поэтому и принимать их нужно месяцами), но эффективное. Процессы очищения и восстановления нормальной работы органов продолжаются в течение еще нескольких месяцев после окончания процедур.

/Оказывается в родном отечестве вовсю подделывают и эти лекарства. К Гале кроме пациентов приходят еще и всякие ходоки. То пытаются продать что-нибудь, то вовлечь в распространители чего-нибудь. Галя их вежливо (а иногда не очень) заворачивает. Как-то спустя короткое время после первого приобщения к аюрведе, к Гале зашла такая дама и стала пытаться продать индийское лекарство. Ну просто замечательное! И надо же – Галя принимала его в Индии три недели. Горькие пилюли несмотря даже на то, что в капсуле. Галя не собиралась его покупать, но что-то ее толкнуло, и неожиданно для продавщицы она разломила капсулу. Внутри был белый порошок, а не серая травяная масса. Даму как ветром сдуло.

Второй случай. В этот раз по совету наших друзей мы выпросили у доктора несколько флаконов Septilin. Травяное очень хорошее средство против всякого рода инфекций – синусит, тонзиллит, фурункулез, грипп(!) и т.п. Выпускается фирмой Himalaya. В Керале стоит чуть меньше двух долларов. Выпускается только для продажи в Индии и Непале. И вот дома Галя рассказала об этом лекарстве одной из своих пациенток. Настырная барышня пошла в одну из наших аптек. Есть, говорят – 1100 рублей! Барышня покупать не стала, но Гале об этом сказала. Я заинтересовался и зашел в эту аптеку. – Septilin есть? Барышня заколебалась, заглянула в компьютер (не нажимая никаких клавиш) и после секундной заминки – Нет. – А бывает? – Нет. Зачем, спрашивается было смотреть в компьютер?/

Важный аспект аюрведических процедур – очищение организма. От шлаков и не только. От никотина, который, как оказалось, запрятался где-то в организме, несмотря на то, что мы с Галей бросили курить лет семь-восемь назад. От остатков лекарств, выпитых за всю предыдущую жизнь. Процедуры взбаламучивают всю эту дрянь и потихоньку выводят из организма. Сначала через кожу, потом через рот. При этом естественно самочувствие несколько ухудшается. Мало приятного, когда вдруг ни с того ни с сего твоя кожа начинает вонять никотином. А потом химией – остатки таблеток поперли. А потом

дней через 12 остатки сгоняются в желудочно-кишечный тракт и с помощью касторового масла – вон! И такую сказочную легкость начинаешь ощущать в теле! И эту легкость можно сохранить достаточно надолго, если не злоупотреблять со всякого рода излишествами в еде и питье. На самом деле процесс выведения всякой дряни из организма продолжается еще несколько недель после окончания процедур. Во всяком случае, через кожу в верхней части тела в виде сыпи из мелких прыщиков, которые достаточно легко смываются мочалкой и тут же продолжают проявляться снова.

Естественно, реакция организма на процедуры очень индивидуальна. И то, что происходит с одним, совсем необязательно будет происходить с другим.

Второй важный компонент состояния после процедур – спокойствие. Прекрасно избавляет от накопившихся стрессов. Состояние такого чудного пофигизма!

Избавление от шлаков и стрессов лично я воспринимаю, как бесплатное приложение. В основном-то люди обращаются к аюрведе в большинстве своем за решением каких-то определенных проблем со здоровьем. По крайней мере, не индийцы. (А в этом центре мы встречались (кроме наших соотечественников) с немцами, австрийцами, швейцарцами, итальянцами, французами, англичанами и т.д.) Так вот справляются с этим там очень успешно. Успешно борются с широким спектром болячек. В описании индийского путешествия 2006 года я упоминал о виденных нами поразительных фактах излечения трофической язвы; сведения с лица фиолетового родимого пятна, размером с блюдце. Но это то, что можно было увидеть глазами. Тут не захочешь, а увидишь. О своих проблемах рассказывать не очень хочется. Расскажу про один момент. Про высокое давление у Галя я писал выше. Про 2006 г. В этот раз Галя тоже приехала с высоким давлением – 160. Достаточно стабильно уже держалось.

Тут надо рассказать, что доктор предложил нам сделать медицинское обследование в большом современном медицинском центре. Это в минутах сорока езды на автомобиле от отеля. Мы естественно с удовольствием согласились. Центр произвел на нас впечатление. В Индии живут очень бедные люди. Не совсем корректно видимо сказать, что Индия – совсем бедная страна. Известно, например, что город Бангалор – кузница программистов. Куют их не только для всего мира (это известно), но и для собственных, так сказать, нужд. Менее известно, что прибыль, получаемая от продажи программных продуктов, созданных индийскими программистами, покрывает затраты Индии на покупку энергоносителей! И все же в Индии очень много бедных, очень бедных людей. И было некоторым потрясением посетить этот центр. Нам прицепили барышню, которая водила нас из кабинета в кабинет. Мы сдали на анализ мочу и кровь. Анализ проводится тут же за стеклянной стеной. И видно, что это делается на современной компьютеризированной технике. Человек рук не прикладывает совсем. Не напрягает глаза микроскопом; не нюхает все это ... А какое количество параметров снимается – несколько десятков. Например, содержание холестерина трех (или больше?) видов. Далее рентген, цветная эхограмма сердца, снятие показателей работы сердца под нагрузкой. Наклеивают на тебя кучу датчиков, и бежишь по движущейся резиновой дорожке, причем скорость постоянно увеличивается. Я пробежал больше километра и сошел с дистанции – ногам горячо стало. Бежишь по ребристой дорожке босиком. Еще что-то было. Не помню за давностью времени. Потом все компьютерные распечатки сводятся, и с тобой проводится консультация. Тебе объясняют, какие у тебя выявлены проблемы, и при необходимости выписывают лекарства. В качестве переводчика там присутствовал молодой врач кардиолог, в свое время проведший пару лет в России. Несмотря на множество пациентов, обследование проходит достаточно быстро – за полдня. Поскольку нам делали анализ крови, мы были предупреждены, что прием, так сказать, пищи нужно закончить до восьми вечера предыдущего дня. Зато прямо в больнице нас покормили завтраком и обедом. И

стоило это удовольствие примерно по 1200 рублей с носа. Включая еду. Наши московские друзья рассказали, что их родственник проходил в Москве обследование примерно такого же объема. Это заняло три дня и стоило 31 000 рублей. Почувствуйте разницу. Забыл сказать – по моей просьбе мне сделали томограмму мозга. Еще несколько сот рублей.

Вспомнилось недавнее посещение краевой больницы в г Краснодаре несколько месяцев назад. Размерами краснодарское заведение побольше индийского центра, но ненамного. Моему другу там должны были сделать операцию и меня попросили сдать кровь. Нас набралось пять человек. До Краснодара около двухсот километров. С учетом ожидания в больнице поездка заняла весь день. Краснодарский край по размерам больше некоторых европейских стран и приезжают в эту больницу сдать кровь для своих друзей и родственников, во всяком случае, думаю несколько сотен человек в день уж точно. И большинство тратит на это весь день. Как это выглядело. Дождавшись своей очереди, мы зашли в кабинет. Вопрос мне – сколько лет? – 62. – Свободен (кровь берут до 60-ти). Следующему, глядя на лицо – давление повышено? – Да – Свободен (гипертоник). Из пятерых четверо были отбракованы в течение тридцати секунд. Этим занимаются люди изо дня в день в течение лет. Всего этого можно было избежать с минимумом усилий. Когда сообщая родственникам больного, что нужна кровь – предупреди его, какие люди не подходят для этого. Хотя бы несколько чаще всего встречающихся параметров. Как нужно не любить людей и свою работу, чтобы докатиться до такого. И не нужно говорить, что им мало платят ...

Но вернемся к нашим баранам. К индийским баранам то есть. При собеседовании в медицинском центре у Гали отметили повышенное давление. Прописали три вида лекарств, которые нужно принимать по определенной схеме каждый день. Тогда давление будет 120/80. Перестанешь принимать – давление опять повысится. Тут я оживился. Незадолго до этого дома я видел по TV передачу доктора Брандта. Вот что рассказал на этой передаче профессор кардиолог. Ранее считалось, что с возрастом норма давления несколько повышается. Сегодня считается, что это не так. Сердце, этот механический насос оптимально работает при давлении 120/80. И если его, давление, поддерживать тем или иным образом на этом уровне, то оно, сердце, будет работать долго. В настоящее время существуют современные препараты, которые решают эту проблему. Это препараты для ежедневного применения.

Когда индийский доктор в медицинском центре повторил это практически слово в слово, да еще и выписал соответствующие препараты, я был очень доволен. Прописанные препараты обещали решение проблемы у Гали с давлением.

Результаты обследования представляют собой солидный по объему документ из компьютерных распечаток и снимков.

Я уже писал, что пройти обследование в медицинском центре нам предложил наш аюрведический доктор. У меня создалось впечатление, что сделал он это скорее для того, чтобы , чтобы сделать нам приятное. Сам он посмотрел на результаты нашего обследования, по-моему, скорее из вежливости. Я обратил его внимание на то, что Гале прописали три вида таблеток для постоянного ежедневного применения. Точнее, о том, что ей сказали в индийском медицинском центре после обследования. Я хотел купить для Гали препаратов для поддержания оптимального давления на два года вперед. Индийские препараты очень высокого качества. Это первое. И в Индии они намного дешевле, чем в других странах. Например, в России.

Я плотно насадил на нашего аюрведического доктора – где купить эти таблетки? Доктор вяло отмахивался от меня – не надо Гале никаких таких таблеток. Все у нее будет в порядке. В конце концов, я договорился со штатной переводчицей отеля (нашей соотечественницей, пять лет живущей в Индии) и она по моей просьбе купила этих таблеток на сто дней.

Мы приехали домой. Прошло полгода. Мы начали собирать чемоданы, чтобы ехать в Новую Зеландию. В список вещей, которые мы берем с собой в путешествия, входит аптечка (от поноса, для поноса, от головы и т.п.) и электронный тонометр. И когда мы начали укладывать тонометр в чемодан, до нас дошло, что мы им не пользовались с тех пор, как приехали из Индии.

При собеседовании со мной после обследования в медицинском центре доктор сообщил мне, что в общем-то я тяжело здоров. Единственно отметил, что какие-то там отклонения в составе крови говорят о том, что нужно несколько пощадить печень. Спросил, употребляю ли я алкоголь. Так для проформы спросил – знал, что я русский. Посоветовал ограничить потребление.

Что касается моей печенки. И два года назад и в этот раз я просил доктора провести какие-нибудь профилактические процедуры, направленные на защиту печени. Пиво; не только пиво; жирное жареное мясо. Возраст, в конце концов. На печенку я не жаловался, но считал тем не менее желательным что-нибудь поделать для нее, уж коли занялись мы своим здоровьем. Ну и индийские препараты, такие как, например, широко рекламируемый у нас сейчас Liv 52 фирмы Himalaya ...

Доктор меня спрашивает – употребляю ли я алкоголь? Галя – да пиво он пьет, поэтому такой толстый. Доктор – Пиво? Сколько? – Ну ... литр. – В неделю? – Оживился доктор. – В день, обиделся я. Доктор - !?!?... Про водку я говорить не стал.

Так вот доктор без всяких особенных обследований сказал, что у меня есть некоторые отклонения в печени, но связаны они с тем, что достаточно давно у меня было очень сильное отравление.

А такое действительно было. И было это, если я не ошибаюсь, летом 1991-го года. Перед тем, как в начале следующего года отпустили в родном отечестве цены. Это была моя последняя экспедиция, как сотрудника Института Океанологии. Совместная советско-американская экспедиция на Байкале. Наша геофизическая лаборатория привезла туда два вагона самого современного в мире на тот момент сейсмического оборудования, которое мы установили на арендованном корабле. Да еще и американцы своего подвезли. Арендванный корабль ... Байкал, так сказать, не морская страна. Там в то время было чуть не два всего судна подходящих для наших целей размеров. Ну и соответственно ни о какой морской культуре экипаж судна понятия не имел. Бардак, царивший тогда в стране, тоже ничему хорошему не способствовал. Это касалось и дисциплины и чистоты! По нашему ТВ показывают бесконечные сериалы про преступность и тюрьмы. Много чего можно узнать. В частности про быт в тюремных камерах. Там повышенные требования к чистоте и гигиене. Скученность. Жизнь заставляет. Так вот на морских судах та же ситуация. Если не поддерживать порядок и чистоту(!) на судах, то быстро можно оскотиниться, и быстро тебя болячки и инфекции доконают.

Так вот на этом, так сказать, пароходе грязь была просто невероятная. Экспедиция продолжалась два летних сезона. В первом же сезоне все поголовно переболели страшными желудочными инфекциями. После чего американцы сделали кое-какие выводы и на следующий сезон привезли всю(!) еду для себя и для российской стороны – научный состав и экипаж судна. И естественно свою повариху (Джуди). Потому как во всех этих баночках и пакетиках с сильно американскими надписями наш сильно неизбалованный тогда соотечественник не разбирался совсем. На небольшом судне готовить отдельно для американцев и наших естественно было нереально. Покупали мы только овощи, для чего на иркутский рынок с какой-то периодичностью отряжалась американская повариха и я ей в помощь. Это была для меня нагрузка к моей основной работе – помощь Джуди.

Кроме еды американцы закупили огромное количество воды. Воды в пластиковых полуторалитровых бутылках. Что за вода? Да из Байкала вода. Ведь она самая чистая в

мире. Было какое-то видимо СП (совместное предприятие – были такие ...). Качали эту воду с глубины чуть не в полкилометра, закатывали в бутылки и продавали за рубеж. Потому как в то время никакому нормальному отечественному человеку в том регионе не пришло бы выкладывать за воду свои кровные. Большую каюту забили на судне бутылками с байкальской водой. А при всем при том откроешь кран на судне – и из крана течет та же самая байкальская вода. И наша повариха тоже так же считала. Она, как и я в первый сезон на Байкале не работала. Мы с ней работали только во втором сезоне. А во все тонкости ее видимо толком не посвятили. Супы там всякие, чай и кофе – куда ни шло. Но кроме этого на стол в кают-компанию выставлялись большие жбаны с апельсиновым соком. А на самом деле сок этот – сухой концентрат, разведенный водой. Водой из-под крана. Как позже выяснилось. Потом ... Дело в том, что водопроводные трубы на судне были страшно инфицированы. Местный экипаж видимо как-то адаптировался к этим микробчикам. А вот мы с американцами ... Успели все переболеть, пока не спохватились и не перестали готовить и пить такой замечательный апельсиновый сок.

Почему не выяснили причину отравлений еще в первый летний сезон и не были готовы к борьбе с ней во втором, я не знаю ... Но вот переносили это отравление все по разному. Я имею в виду тяжесть отравления. Хуже всего (если можно так выразиться) пришлось моему коллеге по лаборатории и другу. Он работал в первом сезоне и через несколько месяцев после возвращения у него обнаружился рак желудка. Естественно на работы на Байкале во второй сезон он не поехал. А спустя короткое время после окончания работ второго сезона его не стало ...

Работы продолжались два сезона и естественно только в летнее время. Ну и потом американцы не могли работать в экспедиции сколь угодно долго. Поэтому все время работы было расписано по часам. Привезти оборудование, разместить на судне, все состыковать, настроить аппаратуру, провести пробные испытания аппаратуры. И т.д. и т.п. Потом провести собственно работы, демонтаж ... Распланировать все строго по времени уже невозможно. Ну и факторы форсмажорного характера – непогода (шторм – на Байкале такое бывает), недисциплинированность экипажа судна ... О, это отдельный разговор! Все работы проходили в очень нервной обстановке.

Приехали мы на Байкал и закончился этап подготовительных работ. Аппаратура на месте и как-то настроена. Выходим в море (нам эта терминология более привычна; не скажешь же – выходим в озеро). И вот в этот момент меня достала инфекция. В самый неподходящий момент. И достала хорошо. Народ уже знал, что это такое и меня просто освободили от работ. Трое суток шла настройка оборудования в рабочем режиме. Народ почти не спал. А я в это время почти без сознания валялся в каюте на нижней палубе (в трюме можно сказать, если понятней). Доктора на судне естественно не было. Это не океанская экспедиция в советское время, когда обязательно присутствовал в штате судна. Сначала я ел чуть не подряд таблетки из достаточно обширной аптеки, которую привезли американцы. Не помогало. Из меня лило, что называется, из всех щелей. Потом я делал настой из каких-то местных листьев. Местные говорили, что хорошее антисептическое средство, и я набрал зачем-то их на берегу. Не помогало. Пил крутой раствор марганцовки и чуть не глотал эту самую марганцовку горстями. Уж очень жить хотелось.

По истечении трех суток настройка оборудования закончилась, мы вернулись на берег, а я полуживой вылез на свет божий. Жизнь продолжалась ...

Жизнь моего друга была не единственной, отданной в этой экспедиции. В первый сезон на палубе судна плохо закрепили контейнерную лабораторию. Было легкое волнение, которого однако хватило, чтобы контейнер сорвался с креплений и придавил человека к переборке. В этом состоянии он пробыл семь часов, пока, наконец, контейнер не смогли сдвинуть с места. На самолете этого представителя местной (иркутской кажется) науки быстро отправили в Москву, но спасти его так и не удалось.

Повторяюсь ... Доктор без всяких особенных обследований сказал, что у меня есть некоторые отклонения в печени, но связаны они с тем, что достаточно давно у меня было очень сильное отравление. Действительно было. Причем, когда доктор сказал об этом, я об этом даже не вспомнил. Об этом вспомнила мгновенно Галя. Она очень внимательный человек ...

Большое впечатление на меня произвели побочные эффекты. Те изменения в организме, о которых ты явно не просил. Пример. Два года назад. После процедур уже дома обнаружил, что мои седые волосы начали темнеть. Точнее – начали расти на месте седых темные волосы. Второе – я начисто отказался от употребления сахара. Если и употребляю сладкое, то только в виде меда. И то очень умеренно. Просто так. На ровном так сказать месте. Не хочется сладкого.

Через два года после второго «раунда» процедур волосы начали темнеть еще более эффективно. Это первое. Второе. Практически перестал употреблять даже мед. И третье – резко упал аппетит. Т.е. наедаюсь совершенно микроскопическими порциями еды. В разы. Это так здорово.

Я не сказал о том, что в процессе очищения; в процессе проведения аюрведических процедур, когда из организма уходят шлаки; уходит лишняя вода; очищается желудочно-кишечный тракт - естественно снижается вес. В этот раз я внимательно следил за весом. В процессе процедур максимальное падение веса у меня было – 11 килограмм! Причем ты для этого не предпринимаешь никаких усилий. Ходишь на процедуры и придерживаешься индивидуальной диеты, предписанной доктором. Потом ты приезжаешь домой, жизнь входит в привычное русло и вес конечно набирается, но не до прежнего уровня. В конечном итоге после стабилизации мой вес уменьшился на 5 килограмм.

Я считаю, что лично у меня не было сильно особенных причин, чтобы ехать на край света «лечиться». Это была идея Гали. И это правильно. У нее очень напряженная тяжелая физическая работа. Совершенно ненормированный рабочий день. И это, к сожалению, даром не проходит. Я считал, что «еду в аюрведу» прицепом, если можно так выразиться. Но считал и считаю, что уж если под это «подписался», то нужно из этого выжать максимум, чтобы уж не было жаль потерянного времени. А для этого слушаться доктора. Я так и поступал. Но не более того. Не заикливался на этом; не «выпрыгивал из штанов», так сказать. И не жалею проведенного там времени. Ощущение свежести и легкости в теле; спокойный сон. Другие моменты, о которых упоминал уже - потеря пяти – шести кг веса. Просто так. Без особенных телодвижений. (Это я не упоминаю о конкретных болячках, от которых просил избавить меня. И от которых я был избавлен.)

Другие побочные эффекты, о которых я знаю. Не у меня. Рассосалась опухоль в груди пятнадцатилетней давности. О ней доктору не упоминалось. Просто в голову не пришло женщине. Она сжилась с ней. А через пару недель процедур рассосалась ... Просто так.

Выскочили камни из желчного пузыря. Об этом тоже доктору не говорилось. Мало кто знает, что у него есть там эти самые камни.

Вот эти моменты – «побочные эффекты» - на мой взгляд доходчивей говорят «обычному» человеку, что аюрведические процедуры «приводят в норму» человеческое тело. И это здорово.

О чем еще пожалуй надо сказать. Длительность процедур. Оптимальная – три недели. Об этом вроде говорит классическая аюрведа. Разговаривали спустя время с нашими соотечественниками, которые приезжали на две недели. Результат - близкий к нулю. Да они еще к тому же нарушали все подряд. Оптимальное время – июнь – июль. Это время дождей в этом регионе. Это означает, кроме прочего, что отели будут практически пусты

и в аюрведическом центре вам смогут уделить максимум внимания. С 1-го октября начинается высокий сезон. Цены в отелях поднимаются примерно на 50%. Соответственно вырастает до максимума нагрузка на докторов и массажистов. Мы были оба раза в сентябре. И это считаю оптимальное время. Дождей уже практически нет. А цены еще соответствуют низкому сезону и нагрузка аюрведического центра относительно небольшая.

Очень важный момент. Диета. В самом начале собеседования с вами доктор определит ваш тип. (Например - Pitha Kapha). И в соответствии с этим назначит вам индивидуальную, соответствующую вашему типу диету. Даст вам отпечатанный на компьютере лист.

В отеле, условно говоря, два ресторана – обычный и аюрведический. Питание в обычном ресторане организовано, как и в большинстве отелей. Завтрак – шведский стол. Обед – по меню и ужин опять шведский стол или по меню – на ваш выбор. Если отель совсем слабо загружен, то и обед и ужин только по меню. Но это во многих отелях так. При совсем малой загрузке мы сталкивались в некоторых отелях, что и завтрак был по меню. Предлагаемая еда как европейская, так и индийская.

Аюрведический ресторан готовит естественно аюрведические блюда. Это строго вегетарианская пища. Никакого ни мяса, ни рыбы. Естественно в любом меню место для алкогольных напитков не предусмотрено.

Меню, которое дает доктор, организовано следующим образом. Списки блюд на завтрак, обед и ужин. Список напитков, супов и список (сильно условно говоря) гарниров что-ли. И вот из этих списков вы можете свободно выбирать. Вот эти списки индивидуальны для каждого типа организма. Не нужно пугаться. Эта вегетарианская индийская еда на самом деле весьма вкусная и к ней достаточно быстро привыкаешь. (Хотя надо отметить, что два года назад аюрведический повар в этот отель был никакой. Мы с Галей пожаловались на это доктору и отказались от еды из этого ресторана; питались в другом отеле. Выводы были сделаны.) Более того. Через какое-то время достаточно многие отказываются от обеда и заменяют его фруктами, которые можно купить недалеко от отеля.

Нам рассказали почему желательно следовать индивидуальной диете. При проведении процедур идет довольно основательная перестройка организма. При нарушении диеты ты будешь давать излишнюю нагрузку на организм, ослабишь позитивное действие процедур. А при серьезном небрежении диетой можно свести это действие к нулю.

Стоимость. Обычно заказывают номер в отеле (в том числе и в этом отеле) – ВВ – Bed and Breakfast (кровать и завтрак). Т.е. завтрак оплачен. В этом отеле вы можете выбирать тип завтрака – обычный или аюрведический. Стоимость аюрведического обеда и ужина фиксирована – около 10-ти долларов каждый, в независимости от того, сколько и каких блюд вы заказываете. Примерно столько же стоит обычный ужин со шведского стола с мясами, птицами и рыбами.

В конце курса процедур после того, как закончился процесс активного очищения организма, мы баловали себя морепродуктами – рыбка, креветки и прочее. (Но все-таки нужно отдавать себе отчет, что это нарушение режима.) Но побывать в Индии и в течение всего времени есть одну аюрведическую (хотя и вкусную) репу жалко конечно. Есть у нижнего бассейна ресторанчик морепродуктов. Но там меню и качество продуктов неважное, зато цена высокая. Можно съездить в Ковалам. Это восемь километров от отеля. Там на набережной ряд ресторанчиков морепродуктов. Выбирать нужно тот, в каком сидят много людей, и они европейцы. Будут по крайней мере свежие продукты. Договариваться с такси у отеля (а лучше чуть дальше – дешевле будет). В оба конца будет долларов десять или чуть меньше. Он привезет вас туда и будет вас дожидаться. Можно не спешить.

О чем еще надо упомянуть. О режиме или правилах поведения что ли. Неплохо ходить на утренний часовой сеанс занятий йогой. Это бесплатное приложение к аюрведическим процедурам. Я не ходил. Галя ходила и осталась очень довольна. Другие правила. Большинство аюрведических процедур по форме представляют собой различные виды массажа. И соответственно разогревают тело. После процедур нежелательно хотя бы в течение часа подвергать тело охлаждению. Сквозняк, купание, кондиционер. Это очень важно. И еще важный момент – умеренная активность в течение этого часа. И вообще в процессе всего сеанса процедур. Умеренная активность – это не спать и не бегать; особенно по солнцу. Оптимальный вариант – неспешно гулять по тропическому саду. Тем более приятно, что территория отеля и есть этот самый тропический сад. А купаться – если купаться – только в бассейне и не ранее, чем после часа после окончания сеанса процедур. Да вам и самому не особенно захочется купаться в океане, после того, как вы поближе познакомитесь с жизнью местных жителей, живущих на берегу.

Вдоль бесконечного берега живут бесчисленные общины рыбаков. Насколько видит глаз. В кокосовых рощах. Утром на больших гребных лодках они выходят в море и ловят всякую морскую живность. Потом ее долго делят ... Южная Индия – это почти тропики и солнце заходит там рано – около семи часов вечера. Около шести вечера многочисленное население общин ужинает. А потом все дружно выходит к морю и в полосе прибоя какают. При этом беседуют о каких-то своих проблемах ... Это совершенно экзотическое зрелище. Взрослые, старики, дети ... И море все это не спеша смывает ... А что-то остается ... А потом там постоянно довольно сильный накат; вода не хрустально прозрачная. У нас как-то не возникало желание там купаться. Хотя лежаки, зонтики и обслуживающий персонал в виде отельных секьюрити там есть.

В общем, весь день, получается, как-то занят. Утром проснулся и бегом на йогу (7-30). Час на йоге, под душ и на завтрак быстрее. Желательно, чтобы перед массажными процедурами еда как-то уложилась. Если остается время и не лень, можно успеть искупаться в бассейне. Потом процедуры. После процедур часик надо посидеть, а лучше погулять. А там и время к обеду. Или к фруктам, которые тебе обед заменяют. После обеда глядишь и опять процедуры. Там опять как-то передохнул, в бассейне искупался и на ужин. Часам к семи. Желательно делать ранний ужин. Не спеша поужинали, поговорили с соседями и можно готовиться ко сну.

Два года назад к концу процедур мне это как-то уже и поднадоело. И в этот раз я подготовился. Мы берем с собой DVD плеер и я с собой взял кучу фильмов. А как-то получалось так, что весь день ты чем-то занят. Не то, что фильм вдумчиво посмотреть – не каждый день в бассейне даже купались. Я уж не говорю куда-то выбраться. Честно говоря, район этот не очень туристический и смотреть там особенно не на что. Это надо иметь в виду. Можно, например, поехать по Керале (впечатлений будет достаточно), что мы и делали два года назад, но это отдельный разговор.

Но какие-то подарки ближним надо привезти. В Тривандруме есть большой современный магазин «Parthas». Несколько этажей; расплачиваться можно и долларами, если не хватит рупий (курс естественно невыгодный). Покупки упаковывают в приличные сумки. Масса отличных и очень недорогих вещей – рубашки, майки, белье, сувениры и т.д. Рекомендуем. А в самом отеле и недалеко от него можно закупить и весьма недорого всяких украшений – аметист, топаз, рубин, гранат и т.д. Ну и еще специи, если кому интересно. И не забудьте про ванильные стручки. Настоящая ваниль! Они черные и должны быть мягкими. (Дома храните в морозилке).

Я пишу столько много об аюрведе, как будто я большой специалист в этом деле. Это совсем не так. Знания у меня об этой древней области знания и ремесла самые минимальные. Чуть-чуть прочитал о самом подходе. Что-то рассказывал доктор (с моим

знанием английского...); что-то рассказали друзья, которые более углубленно интересовались этим и проводили много времени в разговорах с доктором (выпускница МИМО – может себе позволить; я имею в виду знание языка). Остальное основано на личном опыте нашем и наших друзей, и здравом смысле. И в двух словах моя точка зрения такова. **Это помогает.** Но только тогда, когда этим занимаются специалисты какого-то хорошего или очень хорошего уровня. А раз так – хочешь, чтобы и тебе помогло – слушайся этих самых специалистов.

Но ... Но у наших соотечественников свой особенный менталитет. Одна из его особенностей – это некий снобизм. Мы - великая нация, мы лучше всех все знаем. (Снобизм этот чаще всего основан на глубоком дремучем невежестве.) А в частности мы лучше учителей и врачей знаем, как учить и как лечить. И пошло – поехало. Женщина начинает требовать замены женщин массажистов на двух здоровых мужиков – Разве эти малявки могут промять меня. – Эту процедуру уберите – она мне не нравится. А вот эту добавьте. Ну и так далее. Диету и распорядок устраиваем на собственный манер.

Тут еще надо сказать, что видимо большинство наших соотечественников едут в аюрведические центры, не имея элементарных сведений об аюрведе. Путают аюрведический центр со СПА центром. Массаж, маски на лицо, омолаживающие процедуры ... Так вот рядом с отелем расположены еще два аюрведических отеля – Manaltheeram и Somatheeram. Кажется они принадлежат одному владельцу. Мое мнение – эти отели ориентированы на наших соотечественников с учетом их особенностей. И там идут навстречу всем твоим пожеланиям. Но это не все. Процедуры не разбиваются на два времени. Делается все в один прием. И работают там с пациентом чуть не пять часов кряду. После этого человек выползает обессиленный и спит. До вечера ... Вы бы хотели такой «отдых»?

В одном из этих отелей «отдыхали» параллельно с нами наши друзья, поэтому у нас эта информация из первых, что называется, рук. Ну и потом мы имели возможность сравнить результаты.

Отмечу, что эти два отеля ведут на наших соотечественников целенаправленную рекламу.

А есть еще воинственная, агрессивная невежественность. Наши друзья рассказали такой эпизод. За точность естественно не ручаюсь.

Приезжает в аюрведический центр барышня. Подготовленная барышня. Книжку показывала. Называлась книжка типа – «Все об аюрведе». (Может и совсем не так – не принципиально.) Начинается книжка со слов – Я знаю об аюрведе не понаслышке – я был там семь дней! (Или восемь – опять-таки не принципиально.) И далее идет разоблачительный рассказ обо всех этих делах.

И вот эта подкованная барышня идет на процедуры как по минному полю. А уж когда дело дошло до Shirodhara, барышня раскидала своих массажисток, и чуть не гольшом вылетела из кабинета с криками – Не позволю лезть мне в голову! (Что-то в таком духе).



Shirodhara – это такая простая по технике исполнения, но фантастическая по результатам процедура. После примерно сорокаминутного общего масляного массажа тебе на лоб медленными маятниковыми движениями льют на лоб теплую смесь масел. Первый раз во время этой процедуры я впал в состояние близкое чуть не коме. Полностью потерял ощущение времени. Когда разбудили, не представлял, сколько прошло времени – час, день, год. Оказалось – 30 минут. Но, как оказалось, это не единственная типичная реакция. Так у Гали лились слезы – так себя жалко было.

Одна из наших соотечественниц, рассказала, что у нее проснулась агрессия. И оказывается, что все это типовые индивидуальные реакции. А все это ведет в конечном итоге к разгрузке, к освобождению от стрессов и т.д. Но - напоминаю, что действие аюрведических процедур комплексное и четко выделять точное действие какой-то отдельной процедуры, наверное, неправильно.

Барышня решила, что работавшие с ней массажистки – специалисты по модификации сознания. Невежественность и предвзятость. Казалось бы, если ты в это не веришь, зачем ехать? Но, оказывается, такое нелогичное поведение достаточно часто встречается. Еще один пример. Муж нашей соотечественницы. Был там два года назад. Уступил жене. У него вышли камни из почек; еще какие-то серьезные болячки прошли. Женщина приехала вторично. Муж наотрез отказался ехать с ней. – Но ведь тебе так помогло в прошлый раз. – Это само прошло ... Комментарий ...

Еще пример агрессивной невежественности. И пожалуй это еще мягко сказано.

Мне друзья рассказывали, что в Сочи одна дама открыла «аюрведический» кабинет. Пациентам она рассказывает, что была в Индии целый месяц и изучила аюрведу. Более того. Она модифицировала ее. Дело в том, что в аюрведических процедурах применяется масса всяких трав и прочих растительных штук. Которые, естественно, у нас не растут. Многие растут только в Индии. А некоторые только в Керале. Так вот эта предприимчивая дама заменила всю эту экзотику на наши репей и лебеду и врачует народ! Про детали не спрашивал, но народ к ней тянется!

А рассказали нам про нее наши друзья, которые были в Индии в аюрведическом отеле. Правда в Manaltheeram, в отеле для русских, но все же. И остались довольны! Правда, они любят лечиться. Лечиться всем подряд. Пиявки десятками ставят. Ездят куда-то в Карелию в какой-то крутой санаторий (или что-то подобное). В последний раз им там посоветовали – Мы тут в ваших организмах порядок навели, а вот теперь советуем съездить в Индию в ваш аюрведический центр, и там так сказать, пусть они всякие шероховатости доделают.

В этот раз мы тоже с друзьями (другими) ездили в Индию. Приехали домой и они Гале предлагают – давай съездим, не делая паузы, в Трускавец. На недельку, на две. Водички попьем. Закрепим, так сказать, успех. Так заморочили голову, что Галя чуть не согласилась. Я ей говорю – нам доктор дал с собой таблеток чуть не на четыре месяца. Так ты определись, чему ты хочешь следовать и считаешь ли возможным смешивать в одну кучу все подряд. Спорить или доказывать не пришлось.

Упомянутая выше книжка – «Все об аюрведе» ... Я тоже пишу об аюрведе. Но еще раз повторюсь – я не специалист по аюрведе и пишу только о своих личных впечатлениях. И еще стараюсь апеллировать к здравому смыслу. И пишу только для людей, которые хотят услышать об этих самых впечатлениях из первых, так сказать, рук. А желающие могут более углубленно изучить этот вопрос. А вот насколько глубоко можно и нужно влезать в такого рода учения ...

Моя точка зрения. Читать о всяких, даже о самых экстравагантных учениях можно. Но вот становится доморощенным адептом таких учений ...

Во-первых, доброе дерево растет только на естественной для него почве. Согласно индуистскому учению (очень схематично) мужчина до пятидесяти лет живет жизнью обычного человека. Работает, заводит семью, детей. А к этому возрасту дети вырастают, становятся на ноги и могут содержать мать. И мужчина может уйти в мир, так сказать. Какое-то время он может жить недалеко от семьи, которая может подкармливать его. А потом он может полностью порвать с семьей и уйти в этот самый мир. Размышлять, думать о вечном. Красивая идея. И в Индии мы видели таких. Есть фото в тексте ниже.

Но в их климате для поддержания жизни достаточно два банана, которые дадут тебе добрые люди. А переночевать – лег на лист банана, а другим накрылся. Попробуй отколоть такую хохму у нас, в нашем климате. Ну, бегают у нас кришнаиты по нашим

холодным улицам в желтых тряпочках. Единственное, чем это может закончиться, так это тем, что застудит себе ... Хотя, им это и не очень-то и нужно. Только для размножения ...

А во-вторых, для того, чтобы из всего этого получился какой-то толк, нужен знающий пастырь, поводырь, учитель, гуру. Вот недавно у нашей известной в некоторых кругах балерины муж ушел. В йогу ударился. (Или об йогу головой.) Я естественно деталей не знаю, но почти на сто процентов уверен, что это пример доморощенного освоения «чужого» учения. Думаю, никакой умный гуру с высокими моральными принципами не дал бы совет уйти от молодой жены, на которой недавно женился. Хотя кто его знает ...

На тему ...

Аюрведа – часть ведического учения. Очень сложного, древнего, мировоззренческого учения. Даже не верится, что это порождение человеческого разума. Аюрведа всего лишь методика оздоровления тела. Всего лишь (но может я и ошибаюсь). Но вот какой неожиданный аспект.

Мне рассказали, что иглоукалывание – это боевая часть аюрведы. Т.е. это методика, позволяющая в кратчайшие сроки поставить человека на ноги. Бойца, воина. Почему так? Потому что главное в этой методике – скорость и эффективность восстановления. А вот насколько долго это, какие побочные эффекты в будущем – это второстепенное. И вот эта методика получила свое достаточно широкое распространение в Китае.

Думаю, в это можно поверить. Мировоззренчески, что ли, но Индия мне представляется старше и развитей Китая. В свое (относительно недавнее, по сравнению с возрастом ведических учений) время китайский император разослал гонцов во все края света, чтобы они «привезли» буддизм в страну. В Афганистане гонцы нашли двух индийских монахов, убедили их прийти в их страну и они привезли в Китай буддийскую литературу на двух белых лошадях. Оттуда в Китае начался буддизм. Так говорят в Китае. По крайней мере, туристам. И мы, будучи в Китае в 2007-м году в достаточно многих местах, посетили бесчисленное количество буддийских храмов. И ни с каким конфуцианством или даосизмом не встречались.



Могу поверить, что иглоукалывание китайцы переняли у аюрведы. И возможно сильно развили его.

Достаточно давно я прочитал книгу «Особый район Китая. 1942 – 1945 гг.» (Автор: П.П. Владимиров; 1973; Изд-во АПН. Ее можно скачать - [Электронная версия](#) – очень интересная книга). *Согласно аннотации, книга представляет собой подготовленные к печати Юрием Власовым (известным в свое время штангистом) дневники его отца - кадрового разведчика Петра Парфёновича Власова (под фамилией Владимиров он работал за границей). Как позже вспоминал Юрий Власов, книга стала результатом 7-летней работы в архивах, опросов очевидцев, в ней использованы дневники П. П. Власова; он лично обсуждал многое с Андроповым.* Все это время он (Владимиров – Власов) находился в окружении Мао в качестве представителя Коминтерна и был единственным русским, который находился рядом с Мао в эти тяжелые для нашей страны годы. С этой точки зрения это бесценные, можно сказать, воспоминания.

Так вот он пишет, что в Китае никогда не ценилась индивидуальная человеческая жизнь. Их (китайцев) всегда было очень много. Меня тогда это замечание поразило. А когда мы недавно обсуждали этот аспект аюрведы (иглоукалывание), то мне рассказали, что в книге другого, западного автора также указывается на этот аспект китайской жизни. Так что можно поверить в то, что иглоукалывание вполне естественно легло в уклад и стало частью китайской жизни и может даже китайской культуры в широком смысле этого слова.

Что касается ценности жизни в Китае ... Два просто сегодняшних примера.

Первый. По TV прошел сюжет, что в китайском спецназе проводят испытания каких-то препаратов, под воздействием которых человек может не спать и не есть и быть вполне энергичным несколько суток. Интересен не сам факт. Спецназ – это спецназ. И требования и мерки там особые. Меня поразило другое – тамошний народ уже берет обязательства повысить объем этих принимаемых препаратов в два и три раза!

Второй. Недавно прошедшая Олимпиада в Китае. Я не любитель спорта, но знаю, что там было несколько подозрительных рекордов, поставленных китайскими спортсменами. Подозревали, что эти рекорды были сделаны под воздействием неизвестных допингов. И речь шла не об одном спортсмене. А Китай не та страна, где такие вещи делались бы одиночками на свой страх и риск.

/Перед самой поездкой на глаза попала статья Александра Невзорова. Можете ее прочитать в приложениях. Полностью с ним согласен на эту тему.

Ничего нового в мире не придумано. Что людям надо? – Хлеба и зрелищ. Хлеб дает глобализация. Массовая дешевая еда. При этом, правда, исчезают маленькие производства сыров во Франции. Или всяких там колбасок в Германии. Не выдерживают конкуренции с массовой дешевой едой. Уничтожается многообразие. Сломать легко. А пройдет немного времени и не останется людей, которые умели создавать это многообразие. Справедливости ради – сложно объяснить эти проблемы голодным людям. Смотрел недавно фильм. Рассказывали о республике Гаити - одной из самых беднейших государств мира, постоянно страдающей от голода, стихийных бедствий и государственных переворотов. Народец там выжигает леса на древесный уголь (кому они его продают), что купить себе рыбу. Уничтожены почти все леса. А тропические ливни смывают незащищенную почву в море. Людей спрашивают – Что будет, когда выжжете все леса? – Будет конец света.

И с массовыми зрелищами просто. Спорт и шоу-бизнес. То и другое уродует участвующих в нем людей. Первых физически, вторых – морально./

Разные, очень разные страны – Китай и Индия.

Китай – очень прагматичная страна. Отчего это идет? ... Да кто его знает. Может от того, что их слишком много? И всегда очень остро стояла проблема просто выжить? (Так и индийцев не намного меньше.) Даже чисто китайское «изобретение» - конфуцианство по-моему строго говоря и религией-то не является. *Учение первоначального конфуцианства, поставив основным своим принципом присущее каждому человеку желание жить и благоденствовать, занималось только вопросами этики и политики и совершенно не касалось метафизических вопросов и вообще всего того, что не может быть объяснено человеческим разумом.*

Одному в Китае выжить видимо всегда было крайне сложно, а практически может и невозможно. Поэтому, может как ни в какой другой стране там до сих пор совершенно особое отношение к предкам. Вот что диктовало первоначальное конфуцианство:

Главным предметом чествования должны служить предки, до 4-го колена включительно. Каждому из них посвящена отдельная дощечка или таблица. Эти таблицы хранятся в особых шкафах и чествуются ежедневно утром, поклонами и возжжением курительных свечей, а в известные дни — и жертвоприношениями, из различных напитков и кушаний. И, по крайней мере, в сельских районах до сих пор это примерно так. Только колена, кажется, прибавилось. Интересно, наверное, жить на земле, на которой жила тысячу лет твоя семья ...

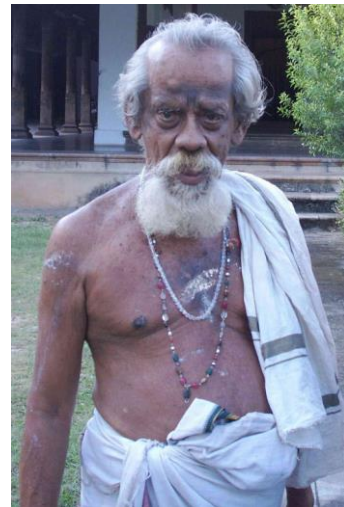
Видимо следствием крайнего практицизма, и является то, что китайцы едят все, что хоть как-то можно съесть. Как говорят, из любого предмета китаец может сделать еду, а еврей фамилию.

А вот аюрведа, к моему крайнему удивлению, отрицает морепродукты в качестве еды. Разве что немного рыбы. А вот всякие моллюски и не дай бог лобстеры! Говорят, что

морепродукты в Индии – это еда беднейших слоев населения – рыбаков. Может это только точка зрения людей, которые придерживаются аюрведического образа жизни?

Вообще конечно в каждом регионе Земли своя еда. Вот чукчи едят полупротухших моржей и прекрасно себя чувствуют. Или Япония. Суши едят. И вообще широко употребляют в пищу различные морепродукты, да еще и практически не препарированные – считай что свежие. Сегодня суши – модная еда. Во всем мире открываются суши бары. И как результат – заражаются люди паразитами, живущими в сырой рыбе. А вот японцы как-то адаптировались к этим паразитам. То же к примеру с нашими людьми, живущими в низовьях Оби. Там широко применяют в пищу скоросолку. Это кусочки практически сырой рыбы, только чуть обмакнутой в соляной раствор. И как результат – практически стопроцентное поражение местных людей эписторхозом. Это паразиты, в рыбе живущие. И ничего – адаптировались как-то. Не думаю, честно говоря, что люди от этого здоровее стали.

Глобализация ... Вроде как мир насыщают дешевой едой.



А вот Индия ... Тоже вроде не самая богатая страна. Но вот чтобы работать до седьмого пота... Наблюдали мы из отеля каждый день, как работают рыбацкие общины. Утром вышли дружно все на берег, лодки спустили на воду, сети выбросили, пару часов посуетились в общей сложности. И все. Вернулись на сотню метров от океана в свои хижины под кокосы. Чем-то понятно они там занимаются ... Но, например, почему бы ловить рыбу не два часа, а хотя бы четыре? Больше наловишь,

можно продать больше. Не пользуется платежным спросом? Почему не построить более просторный домик? Не на что? Солнце зашло (а это всего-то около семи часов вечера) и через полчаса в домах и домиках огонька не увидишь. Темень. Денег нет на электроэнергию или свечки? Не знаю. Вопросов больше чем ответов. Совершенно незнакомая, непонятная страна.

Масса проявлений просто вопиющей по нашим меркам бедности. Может, способствует такому образу жизни климат и обилие фруктов? Но посмотрите на эти лица. Не похоже на наших бомжей. Как на бомжей и других стран мира. Видимо это и есть те люди, которые ушли в мир ...

На этом я пожалуй и закончу. Но прежде – небольшое...

Послесловие

Шло время. Я писал эти заметки и все никак не мог их закончить. Настал конец зимы 2009-го года. Мы съездили в Новую Зеландию и на Фиджи. Встречались в Москве с нашими друзьями, с которыми вместе ездили в Индию. Наша подруга человек очень увлеченный аюрведой. Прочитала массу всякой литературы по этому направлению. Речь идет не о нашей сверхпопулярной литературе, зачастую написанной людьми, которые в лучшем случае побывали неделю-другую в Индии. Наша подруга покупала литературу в Индии. Она свободно владеет английским и не только читала книги, но и часами вела беседы с доктором. В последнюю встречу с она рассказала нам еще пару эпизодов.

Мужчина сорока с очень небольшим лет. Отняли ногу до колена. Тромбофлебит или что-то в этом роде в очень нехорошей форме. Индивидуальная реакция на неумеренное курение. Такое бывает. Дальнейший прогноз – удаление еще части ноги, а в последующем ампутация второй ноги. Несложно представить, какой настрой был у этого человека. Съездил в «наш» аюрведический центр и был еще на консультации у учителя доктора. Тот не особо церемонясь сказал, что ногу отняли зря. В общем, мужик вернулся из Индии практически абсолютно здоровым, если не считать потерянной ноги.

Второй эпизод более печален. Коллега и друг мужа нашей подруги. Рак. Уже неоперабельный. Съездил в аюрведический центр. Был на консультации учителя доктора. Приехал домой. Очередное обследование. Врачи поудивлялись – Вам стало значительно лучше и можно делать операцию. Отказался. Через полгода (или через год) вместе с нашими друзьями и нами второй раз приехал в аюрведический центр. Опять ездил к учителю доктора на консультацию. Прошел курс процедур. Стало совсем хорошо. Мы и не догадались бы по его внешнему виду, что у него такая серьезная болезнь. Доктор дал ему с собой кучу трав, которые ему нужно было регулярно принимать (в каком-то там виде). ***Велел принимать их и те химиотерапевтические противораковые средства, которые ему прописали московские врачи.*** Прошло несколько месяцев, и он опять попадает к врачам в связи с резким ухудшением состояния. Обследование показало, что состояние стало хуже, чем было до первой поездки в Индию. Оказалось, что, вернувшись домой, он почувствовал себя настолько хорошо, что ... перестал принимать и химиотерапевтические противораковые средства, и индийские травы! (Как я понял, эти травы обладают природным противораковым действием, схожим по действию с противораковыми таблетками, но не создают тяжелых побочных эффектов.) Причем все это время он регулярно общался по телефону с индийским доктором и докладывал ему, что все пьет, как ему прописано. Его сегодняшние перспективы ...

А вообще-то лично для себя я пришел к выводу, что не буду больше выступать в роли активного проповедника аюрведы. Мы сталкивались с тем, что наслушавшись наших эмоциональных рассказов, люди ехали в Индию и возвращались с той или иной степенью разочарования. Одних раздражала расположенная вблизи отеля рыбацкая община. То они жгут что-то там, а дым идет в сторону отеля, то у них какой-то праздник и круглосуточно песни поют. И ничего с этим поделать решительно нельзя в силу особенностей индийского законодательства. Другим не нравилось качество массажа. Т.е. несмотря на все наши объяснения, они воспринимали большинство процедур, как разновидности массажа. И были разочарованы, тем, что «массаж там делают не как Галя». Третьи были разочарованы результатами.

Заинтересовавшись воздействием аюрведических процедур на меня и Галю, разговаривая с людьми, мнению которых я доверяю в этих вопросах, я пришел к следующему выводу. Нужно иметь привычку и уметь прислушиваться к своему телу. Чувствовать его. Стараться понять, какое влияние на него оказывают те или иные воздействия. Такие как текущая диета, лекарства, особенности образа жизни. И т.д. В том числе и аюрведические процедуры. Может, тогда ты не будешь без разбору пробовать на себе различные модные в данный момент диеты, биологически активные добавки, лекарства и прочее. Это конечно требует знаний в различных областях. Но если тебе не безразлично твое состояние, твое единственное и неповторимое тело, то игра стоит свеч. Пусть в результате твоих усилий ты возможно и не проживешь дольше. Но, по крайней мере, ты будешь иметь шанс прожить отпущенное тебе время с лучшим качеством.

Осень 2008 г.

Приложение 1

ОПИСАНИЕ НЕКОТОРЫХ ПРОЦЕДУР АЮРВЕДЫ

- GBM** (general body massage) – общий массаж с большим количеством масла
- PODIKIZHI** – общий массаж мешочками с порошком из трав, окунаемыми в горячее масло
- NASYAM** – ингаляция настоем трав + закапывание в нос какого-то масляного настоя. Очень эффективное промывание носа, сравнимое с закапыванием горного цикламена.
- PICHU** – на проблемные места (например колени и другие суставы) льют на салфетку горячее масло
- ANJANA** – закапывание масла в глаза
- NETRASEKAM** – промывание глаз какой-то жидкостью после ANJANA
- NETHRABINDY** – закапывание капель в глаза (жгучие)
- SHIRODHARA** – 30-минутное поливание лба горячим маслом
- FOOT MASSAGE** – общий массаж тела ногами
- KABALAM** – полоскание рта специальным раствором, смыв «согнанных» туда токсинов
- THARPANAM** – глаза окружают кольцами из теста; заливается масло; моргать
- UDWARTHANAM** – общий массаж горячим травяным порошком
- NARANGAKIZHI** – общий массаж мешочками с лимоном и травами, окунаемыми в горячее масло
- KATEEVASTHY** – на поясницу наклеивается кольцо из теста, куда заливается горячее масло
- PIZHICHIL** – непрерывное поливание тела горячим маслом
- MATHRAVASTHY** – масляная клизма
- PURGATION** – выпивание масляной эмульсии + горшок
- FACIAL** – протирание лица молоком, соком папайи + травяная маска для лица
- KSHEERADHARA** – непрерывное поливание тела горячим молоком, настоянным на травах
- NJAVARAKIZHI** – общий массаж мешочками с вареным рисом и травами, окунаемыми в горячее молоко
- SHIROVASTY** – из полотняной полосы ткани (20 * 150 см), обмазанной тестом делается колпак на голове, в который заливается горячая смесь масел
- PADABHYANGAM** – массаж головы по маслу после **Shirovasty**
- BACK MASSAGE** – дренажный массаж лимфы
- L. UD** – жесткий массаж живота травяной мукой
- MUTHIRAKIZHI** – жесткий массаж тела мешочками с горячим дробленным зерном – кукуруза, пшеница, фасоль
- STEAM** – горячая паровая баня в коробке
- H.N.S.** – массаж головы, шеи и плеч
- L. DHARA** – поливают горячим маслом проблемный сустав или участок тела

Напафосничать по-большому с Олимпиадой не получилось. И от пригоршни тусклых медалек, и от алых трусов, да и от всех вообще наших «пекинесов», вернувшихся с побитым видом, до сих пор сильно несет китайским потом, хотя сушили их на самом высшем уровне и с применением самых передовых технологий.

Китайцы красиво топили в своем китайском поту всех, кто попадался под руку, впервые с такой милой отчетливостью показав природу современного спорта.

Как стало, наконец, понятно всем, побеждает в этой забаве тот, кто способен кинуть в олимпийский огонь наибольшее количество детских суставов, позвоночников, менисков, оторванных связок, извилин мозга и мочевых пузырей. Поясню. По общеизвестной статистике, чтобы воспитать парочку чемпионов, надо в разной степени тяжело искалечить около 100 тыс. детей и подростков, изуродовав им тренировки суставов и внутренние органы и нанеся существенный ущерб их интеллектуальному развитию.

Возможно, кто-то один относительно уцелеет, приобретет навыки, выполнит нормативы, получит медаль и уже потом инвалидизируется. (Статистическая вероятность — один из 55—70 тыс.) То есть за десять анодированных кружочков золотого цвета с ленточками надо заплатить полумиллионном инвалидов и дураков.

Как известно, плохой спортсмен разваливается до медали, а хороший — после ее получения. Вот и вся разница. Все дело в количестве хлявных суставов и позвонков, которые спорткомитет той или иной страны может бросить в олимпийскую топку.

Как и следовало ожидать, расходных суставов и позвоночников у китайцев оказалось больше.

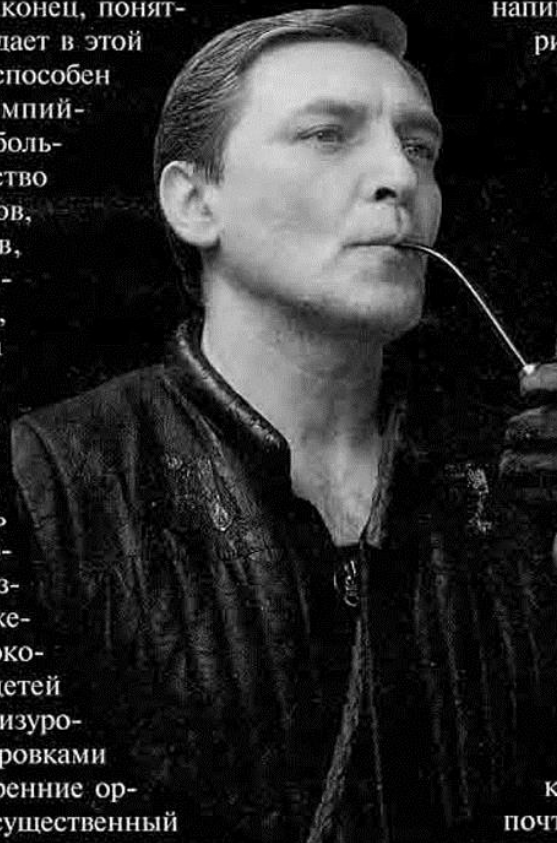
Учитывая, что основная специализация всякого спорта — это производство инвалидов, а все остальное, включая факельно-знаменный пафос и возможность напиваться на трибунах, — вторично, Россия еще легко отделалась. И даже осталась на высоте, показав миру, что ненужных детей, которых можно было бы отварить на олимпийском огне, у нас все-таки поменьше, чем в Китае.

В связи с так называемым опущением по-пекински (будем называть вещи своими именами) будет любопытно понаблюдать за тем, как спорт, который в России последнее время уверенно лез к статусу государственной почти религии, повесит свой расквашенный в Пекине нос.

Повесит, кстати, ненадолго, так как присущая ему одноклеточность не предполагает наличия памяти.

Спорт, как известно, еще никого не сделал ни здоровее, ни добрее, ни умнее. (Эти слова, вообще-то, произносить не полагается, но я, пожалуй, сделаю для себя исключение.)

Тем не менее забавно наблюдать, как именно спорт себя двигает.



Понятно, куда ему надо. Понятно, что до поры до времени своими гипертрофированными ягодичными мышцами он очень удачно отпихивал всякие там другие бородатые и волосатые обстоятельства, претендующие на роль госрелигии.

Спорт, как вы помните, последнее время все наглее требовал госдотаций, господдержки, гособеспечения и госблагования.

И это несмотря на то, что абсолютно никакого положительного потенциала спорт никогда не нес и не несет, оставаясь чисто зоологической забавой, которую к числу положительных явлений жизни причислить невозможно при всем желании.

Эта забава может быть даже симпатичной, но только когда она практикуется как чисто личное дело, как пирсинг, татуаж, метание керосинок, покер, реконструкторство или состязание по дальности плевка или продолжительности мочеиспускания.

От всех этих забав так называемый

Большой Спорт отличает только наличие Больших Спортивных Ритуалов, но сущностных отличий эти ритуалы не прибавляют.

Зная все это, чрезвычайно забавно наблюдать, как именно спорт навязывает «уважение к себе», прикидываясь каким-то чрезвычайно важным, почти государственным делом. Как, в частности, словом «спорт» начинают индугенировать отупление и калечение детей, ломку судеб, откровенное тупое изуверство и все случающиеся в этой сфере многочисленные, неизбежные и, по сути, запрограммированные несчастия.

Надо полагать, от легкого китайского шока наш спорт быстро оправится.

На обычных «уток по-пекински» наши вернувшиеся «сборные» были все же не очень похожи.

Ведь следует помнить, что утки бывают и стеклянными, то есть морально неподвластными мастерам спортивной или иной китайской кухни.

Приложение 3.

Китай и Индия: что лучше, 58 лет коммунизма или 60 лет независимости?

Индия и Китай образовались как современные государства почти одновременно: первая получила независимость в августе 1947 г., в Китае в это время подходила к концу гражданская война, и вскоре "председатель Мао" провозгласил на площади Тяньаньмэнь образование КНР 1-го октября 1949-го. Эти два события стали вершинами "пробуждения Азии" и ознаменовали необратимый распад мировой колониальной системы. Тогда в самом начале была холодная война, которую обе страны постарались перезимовать с наименьшими для себя потерями и проблемами выбора. Впрочем, в СССР считалось, особенно поначалу, до конфликтов с Китаем, что обе азиатские державы почти на нашей стороне, и поэтому подсчет населения двух противоборствующих лагерей, как помнится из школьного курса экономической географии, всегда был не в пользу "золотого миллиарда". С обеими странами и народами мы были братьями навек, обеим поставляли и поставляем оружие, покупаем на рынке китайский ширпотреб, "еще артиста знаем, Радж Капура, и касту йогов, странную из каст."

Пожалуй, "индийского Чаплина" - Капура уже многие забыли, теперь гораздо привлекательней выглядят рекламируемые туры на Гоа и в Агру. Из впечатлений от этих мест и процветающего IT центра в Бангалоре, в основном, и складывается светлый имидж Индии в глазах обывателя. Темный создается из сообщений о терактах и крушениях поездов, военных действиях в Кашмире, гонки вооружений с Пакистаном. Индийскую нужду в современном оружии Россия довольно успешно использует в своих целях. Впрочем, рассказы об ужасающей нищете и скученности индийских городов так

или иначе проникают в массовое представление об Индии. Сложнее то, что в самой Индии этого мало кто стесняется или стыдится. Перед современными офисными зданиями Нового Дели и Бомбея ходят водonoсы и носильщики со средневековыми тачками. В Китае люди этих вымирающих профессий, конечно, тоже есть, но их, по крайней мере, не видно в центре мегаполисов.

И наоборот, лихорадочно готовящийся к олимпиаде Пекин, сверкающие новенькими небоскребами Шанхай и Шеньчжэнь создают почти радужное впечатление о коммунистическом капитализме китайцев, которые умело скрывают свои недостатки за блестящим фасадом. "Честь и семья превыше всего" - характеризует китайцев герой Джеки Чана, сравнивая их с индийцами. Нельзя ударить в грязь лицом перед всем миром, когда размер страны и населения потталкивают нацию с сверхдержавному статусу. В Китае нельзя терять лицо любой ценой. Отсюда вездесущая показуха, особенно в туристических и "международных" местах. В Индии сверхдержавная честь и непомерная национальная гордость как-то не особо заметны в списке национальных проектов, поэтому нищета и грязь повсеместны. Отсюда и выводы массового сознания в не в пользу индийской демократии.

В странах с населением более миллиарда, причем не равномерно распределенном, а сконцентрированном в относительно небольших перенаселенных провинциях и крупных городах, поддерживать порядок в любой сфере жизни ужасно трудно. Нужно делегировать полномочия по поддержанию устойчивости жизненных устоев как можно большему количеству людей. На Западе это обычно зовется демократией и гражданским обществом, но в названных странах присутствуют местные особенности. В Индии достаточно развитая многопартийная демократия: каждый нищий и неприкасаемый, в принципе, имеет право голоса и может хоть как-то влиять на политиков, поэтому радикальные реформы там можно проводить только после достижения общественного консенсуса. Сложнее насчет гражданского общества в стране, где большинство населения находится за чертой бедности, но бизнес элита уж точно может через политиков лоббировать свои интересы.

В Китае царит однопартийный коммунизм. Если партия считает нужным, она организует компанию за проведение олимпиады, строительство крупнейшей в мире ГЭС с переселением миллиона людей из района затопления или закупку в Германии коммерчески разорительных поездов на магнитной подушке. Большинство людей может голосовать разве что за уже одобренных парткомом делегатов на съезд КПК. Но в этих обществах существуют сильно развитые традиционные способы поддержания порядка, причем такое впечатление, что в Китае они развернуты в сторону модернизации страны, а в Индии - на поддержание традиций и status quo. Обе страны известны своими непроходимыми бюрократиями. Однако в Китае любую проблему, вплоть до обнуления налогов, можно быстро решить, если договориться на самом верху. Далее командная система сработает автоматически. В демократической Индии аналогичную проблему надо решать с каждым местным бюрократом в отдельности, плюс в каждом штате свои порядки, законы и налоги. В итоге, при наличии одинаково дешевой и многочисленной рабочей силы, акулы капитализма - международные корпорации явно предпочитают переводить производственные линии в коммунистический Китай, а не в демократическую Индию.

У индийцев и китайцев семья и родня играют примерно одинаковую фундаментальную и направляющую роль в формировании и повседневной жизни человека. Разве что у последних матери все реже и реже подбирают сыновьям будущих жен, а после десятилетий коммунизма с его равенством полов и политикой "одна семья - один ребенок" женщины в большинстве своем работают наравне с мужчинами, будь то стройка или министерство. Этого не наблюдается в Индии, где дамы в основном сидят дома и которую, по иронии судьбы, долгое время возглавляла выбранная демократическим путем женщина - Индира Ганди. А вот в плане политики и управления большими массами людей китайцам сильно помогают недовыкорчеванные коммунистами конфуцианские традиции, базирующиеся на уважении к существующему порядку, и как ни странно, китайский остаточный коммунизм.

Мы привыкли считать, что коммунизм как идеология и социальный порядок в основном неэффективны в мирное время, в условиях потребительского общества и постиндустриальной экономики. Но дело в том, что общество потребления в Китае и в Индии имеет отношение максимум к 8-15 процентам населения, экономика этих стран в

основном индустриальная, а в Индии, так и во многом еще и доиндустриальная. Добавьте к этому серьезную готовность Индии к войне с Пакистаном, а Китая - к возможности присоединения Тайваня военными средствами. Тем не менее, Индия - самая населенная демократия мира, а в Китае членов безраздельно правящей в стране компартии больше, чем всех британцев или французов вместе взятых.

С одной стороны, надо признать, что самим китайцам и индусам виднее, в какой социальной системе им жить. С другой стороны, нельзя отбрасывать исторические традиции. Демократия в Индию привнесена британскими колонизаторами и простым фактом, что большинство деятелей индийской элиты, начиная от изображенного на всех банкнотах отца нации Махатмы Ганди до не имеющей с ним никакого родства Индиры Ганди, учились в Британии. В Китае же наоборот, многие политики учились в СССР, который в 1930-50-е годы горячо поддерживал китайских коммунистов, пока они не бросили вызов Старшему Брату. В свое время Дэн Сяопина поразил пример британского демократического Гонконга, в котором всего лишь на другом берегу реки крестьянин имел доход в сто раз больший, чем его китайский собрат, тем не менее родоначальник китайских реформ безжалостно вытравил желание студентов установить в Китае демократию в 1989 г. Так что индийская демократия и китайский коммунизм осознанно выбраны политическими элитами (я не говорю народами, поскольку безмолвствующее большинство и там, и там занято борьбой за выживание), хотя и не без помощи исторических обстоятельств, и пока устраивают население этих стран. Другое дело, как эти две системы помогают или мешают двигаться по пути прогресса и постепенно догонять более развитые страны.

Индия миновала все выверты маоизма с его большими скачками, голодом, культурными революциями и практически потерянными годами строительства коммунизма. С другой стороны, при равных стартовых условиях 1940-х годов и учетом того, что Китай потерял 1950-1970-е годы на поиск черной кошки в темной комнате, сегодняшние цифры ВВП на душу населения в Китае превосходят индийские в два раза. От голода и эпидемий в Индии люди умирают до сих пор, 47 процентов индийских детей недоедают, тогда как в Китае эти типичные проблемы стран третьего мира удалось решить. И дело не только в том, что разбогатевшие в Америке, Гонконге и Сингапуре хуацяо инвестируют свои капиталы в экономику КНР, а богатые индийцы почему-то покупают украинскую Криворожсталь. Хотя здесь есть известный фактор: Лакшми Миттала в Индии скорее похвалят за то, что он не отдал люксембургский стальной холдинг Alcelor российской Северстали, а вот любого китайского миллиардера коммунисты могли бы за это сильно прижать и даже направить на шитье рукавиц.

Китайские достижения последних 25 лет явно выглядят предпочтительнее для стороннего наблюдателя, чем индийские за все 60 лет независимости, в основном за счет того, что китайская коммунистическая элита и значительная часть общества мобилизованы на модернизацию страны, хоть и довольно зрячее, но подражание Западу, заимствование западных технологий, жизненных и культурных стандартов, превращение Китая в глобальную сверхдержаву, погоню за Америкой в цифрах ВВП, в космосе, в спорте, в военной сфере. В Индии скорее доминирует настрой на то, чтобы жить мирно, спокойно и по своему, в лучшем случае, через ядерное сдерживание наладить отношения с Пакистаном, а о "догнать и перегнать" размышляют разве что политики и бизнесмены, вроде Тата или Миттала, думающих, какой бы еще завод в Европе прикупить. Возможно, что начавшийся в последние годы бурный экономический рост подстегнет международные интересы и аппетиты индийских деловых и политических кругов, но пока у них полно головной боли внутри страны.

В Индии за 60 лет независимости не удалось решить практически ни одну внутреннюю проблему от контрастов урбанизации и повальной деревенской нищеты до ситуации в Кашмире и борьбы с терроризмом, не говоря уж про международные, как-то место Совбезе ООН или трения с соседними странами. Из неоспоримых современных достижений второй по величине нации мира можно назвать пожалуй только независимость, всемирную славу Ганди, самую крупную киноиндустрию в мире, работающую, правда, на внутренний рынок, - Болливуд в недавно переименованном Мумбае. В последние годы поднялась IT индустрия в Бангалоре, Мумбае, Хайдарабаде и Ченнае, но в нее вовлечены мизерные доли процента населения - высокообразованные технари.

Взять хотя бы количество олимпийских медалей в Афинах, этот показатель глобальных амбиций нации у Индии минимальный, наравне с Парагваем и Гонконгом - 1 серебро в стрельбе. На весь миллиард жителей. Глобальные амбиции уже привели китайцев в тройку лидеров. Их система развития большого спорта, заимствованная из СССР, принесла в Афинах 63 медали. Телеканалы в Поднебесной заполнены рекламой с участием олимпийских чемпионов, в Индии - никому неизвестных за пределами республики болливудских звезд. Судя по настроениям в китайском обществе, через год в Пекине хозяева постараются по медалям превзойти американцев.

Китайцы за последние 25 лет вывели из бедности большинство населения, превратились в основных мировых экспортеров ширпотреба, избавились от призрака колониального прошлого, возвратив себе Гонконг и Макао, подняли престиж нации и частично удовлетворили национальную гордость, развив космическую индустрию и получив олимпийские игры 2008 г. Теперь они строят реальные планы на присоединение Тайваня и глобальное лидерство. Индия же только-только начала замиряться с некогда своими провинциями - Пакистаном и Бангладеш. Политическая нестабильность на макроуровне мешает индийцам решать свои насущные проблемы. Индийские города, даже такие международные бизнес-центры как Дели и Мумбай выглядят запущено по сравнению с китайскими соперниками - Пекином, Шанхаем и Гуанчжоу. Крупные туристические центры вроде Агры и Джайпура - какие-то сиротки по сравнению с ухоженными китайскими аналогами типа Циндао или Сяменя (по численности населения все это многомиллионные города), где просто хочется остановиться и прожить несколько дней. Из Агры и Джайпура в конце дня хочется уехать назад в Дели, что, к сожалению, большинство туристов и делает. В китайских городах, по крайней мере, нормальные тротуары и асфальтовое или бетонное покрытие на всех улицах, в крупных индийских городах ходить приходится по проезжей части, и везде полным-полно грунтовых улиц или асфальт только местами просвечивает. В индийский городской автобус страшно зайти, даже если оттуда не свисают пассажиры. В китайском уже велика вероятность смотреть по телевизору туповатый гонконгский боевик, если конечно автобус не переполнен.

Вокзалы в индийских и китайских крупных городах одинаково перенаселены, и множество пассажиров спят прямо на полу. Однако китайские станции и чище, и гораздо современнее обустроены. На станции New Delhi, которая на самом деле находится в Старом Дели, количество пассажиров на платформе и крыс, шныряющих в это время по путям, примерно одинаково. Подобной толерантности к грызунам в Китае все-таки нет, хотя буддистские нравы одинаково не поощряют убийства любых живых существ в обеих странах. На входах в вокзалы и станции стоят металлоискатели, но в Китае они работают, а в Индии нет. Возможно, после недавнего взрыва в "поезде дружбы" между Дели и пакистанским Лахором, после которого индийская демократическая пресса обрушилась на службы безопасности железных дорог, ситуация изменится. Однако сам факт, что в индийском поезде, автобусе, аэропорте, музее может что-то взорваться, не добавляет оптимизма, также как и постоянные просьбы охранников раскрыть сумку и показать ее содержание. В Китае теракты исключительно редки, так что атмосфера в местах скопления народа в целом спокойная, и полиция никого не обыскивает на входе. При внешне одинаковой хаотичности вокзальной жизни в обеих странах, иностранцу купить билет на поезд легче в неанглоговорящем Китае, чем в Индии, с ее полуофициальным статусом английского языка, просто потому, что часто билет можно купить только у посредников.

Все объясняется просто, любой китайский рынок, будь то транспортный или товарный, хоть как-то регулируется государством. В Индии полная демократическая свобода, которая часто оборачивается хаосом. Пофигизма и откровенного рвачества хватает в обеих странах, но в Китае любого начальника еще можно пропесочить по партийной линии, поэтому основные общественные и коммунальные службы худо-бедно функционируют, и люди там скорее выполняют некий, завещанный инстинктивным конфуцианским мировоззрением, служебный долг, нежели, как говорит Путин, ищут служебную ренту. Китайский таксист с большой долей вероятности включит счетчик, отсчитает сдачу до полуани и чего доброго откажется от чаевых. Примерно такой же кодекс чести действует и в ресторанах. В индийском же такси счетчика или нет, или он "не работает", или водитель покажет на цену в 19,30 рупии и

потребуется 193. В индийском ресторане чаевые, конечно, в открытую не просят, но практически всегда либо вписывают лишнее блюдо в счет, либо проставляют цену, отличную от той, что в меню.

Уровень самоорганизации публичных пространств и общественного сознания в обеих странах невысок. Поэтому за пределами своего дома мусорят все и вся, но в Китае партийные органы надзирают за работой коммунальных служб, и чистота на городских улицах как-то поддерживается. В Индии хорошо, если уборщики вообще есть, даже в крупных городах. В сотне метров от всемирно известных Ворот в Индию в Мумбае, через которые церемонно покинул страну последний полк британских колонизаторов, дневной отлив обнажает тонны мусора. Обычно владельцы лавок и продавцы просто подметают площадку у входа в магазинчик. А тот факт, что эта грязь лежит всего в пяти метрах и все равно отпугивает покупателя, до них как-то еще не доходит, тогда как чистота китайских торговых центров уже начинает соперничать с западной. Заметные кучи мусора возле китайского магазина рано или поздно привлекут полицию, в Индии - только нищих, коров, собак и свиней. Причем речь идет о мелких городишках в Китае (в больших - многое уже функционирует по западному, опять же, нельзя терять лицо), в Индии же - о мегаполисах.

Даже в относительно маленьких китайских городах уже, как грибы после дождя, появляются целые улицы, рассчитанные на потребителей из среднего класса, современные многоквартирные дома с подземными гаражами, бесконечные торговые центры, рестораны, супермаркеты. Для сравнения, в почти двухмиллионной Агре, с такой жемчужиной Индии, как Тадж Махал, нет супермаркетов, не говоря уж о вылизанной high street с лениво прогуливающимися по ней буржуа с отпрысками. Взрослые в основном снуют по улицам в поисках заработка, дети десятками сбегаются навстречу иностранцу с криками "hello, money." В Китае немногочисленная ребятня еще может из чистого любопытства поволочиться за туристом, но в самых что ни на есть медвежьих углах, а не у Китайской стены или храма Неба в Пекине. Политика ограничения рождаемости приводит к тому, что каких-то абсолютно неприкаемых уличных ребятишек на китайских улицах почти нет. Малолетние побирušки уже четвертого поколения независимой Индии - это то, что китайцы всегда приводят в пример, оправдывая политику "один ребенок в городской семье."

Атрибуты цивилизованной жизни с хорошим асфальтом, парковками и супермаркетами добираются уже и до китайских заштатных городков с населением в 200, а то и 100 тысяч, в индийских аналогах еще только начинают укладывать асфальт на центральных улицах. По всем впечатлениям, Индия отстает от Китая в развитии лет на 10-15, как раз для Индии удвоить ВВП при нынешних темпах. Но Китай за это время уйдет вперед. Другое дело, что эти тысячелетние цивилизации в отношениях друг с другом измеряют время веками, в крайнем случае, 60-летними циклами лунного календаря. Но китайские компании уже начали инвестировать в Индию, а индийцам пока нечего предложить. Китайский партийный и государственный контроль - это конечно не западная самоорганизация общества, но все же серьезный фактор в деле организации современной жизни и модернизационных процессов. Опыт таких развитых китайских анклавов как Сингапур, Гонконг (даже с их гигантскими штрафами за плевки и жвачку) и Тайвань дает материковым китайцам хороший пример, что можно организовать жизнь на высоком уровне и в самой Поднебесной. И большинство китайцев верят в то, что этот сингапурский уровень лет через 15-20 будет достигнут уж если не в отсталых районах, то, по крайней мере, в мегаполисах восточного побережья и провинциальных центрах. Можно приписать этот оптимизм влиянию государственной коммунистической пропаганды, и скорее всего, без этого не обошлось.

У индийцев, живущих очень бедно, но при довольно развитой демократии, нет и этого, как нет перед глазами и успешных модернизационных примеров, поэтому мобилизовать демократическое индийское общество на что-то вроде завоевания 60 олимпийских медалей в Пекине или полетов в космос просто невозможно. Нет высокоразвитых стран с доминирующей индийской культурой. Пожалуй, самыми развитыми районами проживания индийцев являются "маленькие Индии" в Сингапуре и северо-американских городах. И наоборот, сама Индия с ее неэффективной демократией, гигантскими социальными контрастами в пределах одного городского квартала служит отрицательным примером для китайцев, как не надо организовывать жизнь. В Китае контрасты не менее душераздирающие, но для того, чтобы их увидеть,

надо отъехать на много остановок от центра города. Другим примером, как не надо вводить продвинутое новшество в неподготовленной стране и как быстро можно потерять статус великой державы, к сожалению, является перестроечный СССР и Россия. Китайский путь модернизации не столь демократичен, как хотелось бы многим даже в самом Китае, но по своему эффективен и, кажется, пока успешнее индийского и, в любом случае, менее катастрофичен, чем советско-российский.

Опыт показывает, что просвещенные коммунисты, несмотря на не меньшую укорененность в своей культуре, чем индийцы в своей, намного переимчивее последних. Даже при настороженном, а порой и просто враждебном, отношении к Японии, Южной Корее и США, китайцы чувствуют, что люди в этих странах живут в целом лучше и богаче жителей Поднебесной. И у них возникает какое-то инстинктивное желание, как в караоке, петь под их музыку и жить, как более продвинутые нации, хотя это подражание чисто внешнее: отсюда повальное увлечение тем же караоке, корейскими мыльными операми, японской и корейской модой и электроникой, пусть и сделанной в Китае. Китайцы, болеющие за Манчестер Юнайтэд и массово смотрящие матчи NBA, делают это и потому, что нравится, и потому, что это запретный плод. Повальный плагиат студенческих дипломов и научных работ, изучение английского языка целыми стадионами, повторяющими фразы за каким-то местным гуру кашпировского типа, - это чисто китайское явление, основанное на привитой в школе привычке повторять произношение и написание тысяч иероглифов. В Индии тоже начинают смотреть голливудские фильмы, по крайней мере, они уже доступны на DVD, но в Китае они уже доступны бесплатно на пиратских вэбсайтах.

Индийцы довольно бережно сохраняют свою культуру и жизненный стиль. Они наверняка понимают, что к западным стандартам жизни их явно не приближают все эти нищие, коровы, собаки, грязь на улицах, публичные прачечные, обшарпанные поезда и автобусы, рикши, чудовищная толчея на рынках, открытые туалеты на улицах, микроскопические магазинчики с хамоватыми продавцами, полнейшая антисанитария в общепите, неодобрительное отношение к алкоголю и ночным посиделкам в барах-ресторанах, абсурдные бюрократические процедуры, когда для покупки билета на поезд или после сеанса в интернет-кафе нужно заполнить анкету, а в гостиничной книге требуется вписать не только свой адрес в России, но и адрес родителей, как будто это кому-то нужно. Многие индийские бизнесмены, программисты, да и просто образованные люди, побывавшие за границей, это уже почувствовали. Но быстрых перемен в жизни на западный манер ждать не приходится, потому что этого нет в государственной повестке дня. Китайцы, наоборот, видя под боком успехи Гонконга и Тайваня, стараются уже сейчас внедрять западные практики не только в свои пятилетние планы, но и в повседневную жизнь.

Статья из Интернета. Ссылка к сожалению затерялась.