

ANANDA И СТРАНА СНЕГОВ



В ИНДИЙСКИХ ЯЗЫКАХ НЕТ СЛОВСОЧЕТАНИЯ «ПРИЯТНОГО АППЕТИТА», ВОЗМОЖНО, ПОТОМУ, ЧТО ЕДА СЧИТАЕТСЯ НЕ УДОВОЛЬСТВИЕМ И НЕ ВЫЗЫВАЕТ ЧРЕЗМЕРНЫХ ВОСТОРГОВ, А ЛИШЬ НЕОБХОДИМОСТЬЮ. ТАКЖЕ ИНДИЯ НЕ СЧИТАЛАСЬ СЕРЬЕЗНЫМ СПА-НАПРАВЛЕНИЕМ, НО ЛИШЬ ДО ТЕХ ПОР, ПОКА НЕ ПОЯВИЛСЯ ЭКОКУРОРТ ANANDA IN THE HIMALAYAS A SPA DESTINATION, ГДЕ ВОСТОЧНЫЕ АЮРВЕДА И ВЕДАНТА И ЗАПАДНАЯ ХОЛИСТИКА ПРЕБЫВАЮТ В ПОЛНОЙ ГАРМОНИИ С МИРСКИМИ, ЕСЛИ НЕ СКАЗАТЬ СВЕТСКИМИ, РАДОСТЯМИ ЖИЗНИ

текст Р И Т А Л И





Брахман [ДУША МИРА]

Закройте глаза, отпустите все тревожные мысли, прислушайтесь к пению птиц, шуму воды и биению своего сердца... В Ananda Spa необходимость в столь подробных рекомендациях учителя по медитации и дыхательным практикам, откровенно говоря, отпадает, потому что целительное созерцание — премудрость, которая постигается в Гималаях моментально и естественно. Там начинаешь прислушиваться к себе, видеть гармонию сущего, радоваться каждому дню; а единственный личный вопрос, который можно услышать вне медицинской анкеты, — «Счастливы ли вы сегодня?». Межсезонье. На европейской территории России — бесперспективная слякоть, холодное солнце и резкие отклонения от температурных норм во все возможные стороны, Гималаи же изумрудно-зелены, незыблемы и хранят многозначительное молчание. Возможно, этим постоянством и объясняется приверженность сторонников здорового образа жизни и тяготеющих к оному спа-курорту Ananda, расположенному меж мифических городов Харидвар и Ришикеш — центров общиндуст-

ского паломничества, омываемых священными водами великого Ганга, что, по уверениям старожил, лечат и тело, и душу. Впрочем, если оставить излишний спиритуализм местности и обратить внимание исключительно на рекреационные ресурсы и национальный заповедник, о разнообразии видов фауны которого оповещают дорожные знаки, популярность индийской здравницы становится очевидной. Там, в тени садов, где совершают променады беззаботные павлины, овеянные нежными ветрами, окруженные заботой и вниманием спа-терапевтов, тибетских специалистов по акупунктуре, экспертов-аюрведов, диетологов и фитнес-консультантов, проводят время облаченные в белые, стирающие все различия и чрезвычайно удобные при замирании в особенно изощренных асанах kurta-rajama, гости Ananda. Эти же пижамы являются оптимальной гольфической формой и вечерним туалетом — обычно по количеству пиджаков и накрахмаленных рубашек в ресторане можно определить, кто приехал совсем недавно и еще не достиг необходимого уровня отстраненности и кармической лояльности. >>



Атман [неизменное я]

Если светлые мысли о созидании и уважении жизни во всех ее проявлениях приходят сами собой уже при пересечении границы дворцового сада (курорт был построен в резиденции махараджи), то для близкого знакомства с представленными в Ananda спа-методиками, скорее всего, потребуется опытный наставник. Являясь уникальным холистическим направлением, Ananda предлагает гостям самое полное меню оздоровительных программ разной продолжительности, нацеленных на решение разнообразных задач — от «Йога-детокса» до «Антистресса» и «Безмятежности». Составлению персональной программы предшествует консультация с аюрведом, который, узнав о пожеланиях гостя и определив его дошу, тип жизненной энергии, порекомендует те или иные процедуры, а также велнес-диету. Гастрономический аспект заслуживает особого упоминания, ведь невегетарианские и недietetические блюда отвечают самым аскетическим требованиям содержания жиров и углеводов, приготовлены из экологически чистых локальных продуктов и безусловно тяготеют к fine-dining, пусть

и с легким карри-акцентом. Сами же ритуалы, массажи и обертывания ни в коем случае не ограничиваются «поглаживаниями спины с применением аромасел», но действительно справляются с поставленными задачами в отведенный срок. Каждая программа предполагает весьма частое посещение спа-центра, чья площадь превышает колониальный размах сыотов и вилл вместе взятых, а в промежутках — йога, медитации, пранаяма, доброе сектанство в проникновенных беседах с гуру, фитнес-зал, кулинарные мастер-классы, обучение индийским танцам, в меру изнурительные походы в тропические леса, восхождение к храму Кунджапури и, факультативно, уроки игры на флейте. Любые комбинации возможны и полезны, обладают ни с чем не сравнимой энергетикой, как и приветствие, которое коренные жители курорта повторяют множество раз на дню: складывают руки у груди, делают легкий поклон, улыбаются так, как будто эта улыбка вами заслужена, и произносят «намаскар» — в Ananda in the Himalayas a Spa Destination это значит так же много, как и троекратно повторенный бесконечный «ом». 🍀