

**Водите на Ганга  
или  
Пътешествието като лек**

*За онзи, който вижда висшия Брахман, всичко е свършено,  
целият свят е рай, всички дървета изпълняват желания,  
всички води са чисти като водите на Ганга, всички дела са  
свещендействия,  
всяка дума е мъдра и всяко място е свято.  
(Шанкара, из Песен на осемкратната благословия)*

„За първи път ли сте в Индия?“. Този въпрос звучи като заклинание при всяка нова среща с местен жител. Ясно е, че да си за първи път тук е специфично изпитание и неизбежно посвещение. Един час преди полунощ е. Пълен мрак. Знам, че търся някакво училище за йога с общото название Rishikesh Yog Reeth. Както става ясно, училищата за йога тук са десетки, няма да се учудя, ако са над сто. Кретам уморена и притисната от тежестта на пълна раница по сокаците на Ришикеш, известен като световната столица на йога. Звучи някак западно, рекламно, повърхностно. Ришикеш е много, много повече от това. Тук са най-престижните училища на Индия – светски и духовни. Тук 75% от населението е грамотно – висок процент. На един от хълмовете над моста Рам Джула се извисява прочутият ашрам на Свами Шивананда. Кой от изкушените от йога по света не е мечтал да го зърне? Тук е учил патриархаът на йогата в България - Венцислав Евтимов. Тук Битълсите са прекарвали месеци и в Ришикеш са написали много от най-легендарните си песни. Мисля за всичко това, за да не рухна от умора. Умът ми се опитва да приеме случилото се до тук: преминаването през деветия кръг на ада – железопътната гара на Ню Делхи; пътуването с втора класа на влак, претъпкан с екзалтирани поклонници на Шива; издирването на затъналата в кал автогара на Харидвар с рикша, теглена от колело, подкарвано от изпосталял мъж (аз и раницата ми тежим много повече от него и ми е някак неудобно и още по-неудобно заради десетте рупии

равни на тридесет и няколко стотинки, които ми е поискал за услугата); пътуването върху раници и хора в натъпкан до козирката бучащ и пъшкащ автобус до светската част на Ришикеш и от там, със сетни сили - прехвърлянето в още една, този път моторна рикша, за да достигна Ришикеш на Ганга. От тук нататък - пеша. Ръми. Моля се, не знам на кой, да не се строполя в мрака. Стъпвам – джвак, джвак - като в сън. Изведнъж, отново като в сън, я виждам. Свещената река. Първо загатната и проблясваща между къщите, после цялата, лъкатушеща под разлюляния мост Лакшман Джула. Всичко се променя, когато стъпвам на моста. Енергията на реката е толкова мощна, че лекува умората ми за броени секунди. Странно ми звучи тази препратка към времето в случая, тъй като в индийското съзнание „броени секунди” не е нещо много по-различно от четири милиона триста и двадесет хиляди години, колкото трае един божествен дъх на Брама. Продължавам да стъпвам по този мост в мислите си винаги, когато имам нужда от сила, а онези броени секунди траят вечно.

Заминах за Индия по средата на отминалото лято. Завърнах се в началото на есента. В пространството на тези две времеви скоби, поставени в естествения ход на моя живот, се разполага дъждовният сезон, който заварвам там – не без предупреждение. Всичко е по-евтино – цената на шестседмичния курс по йога в Ришикеш, към който съм се запътила, цените в малките пъстри магазинчета на митичния град и всички цени, навсякъде. Постепенно разбирам защо е така. Реалната цена трябва да се плати по някакъв друг начин. Когато плащаш, го правиш, защото получаваш нещо. Винаги е така. В противен случай полученото „не струва”.

Ришикеш се намира на 240 км северно от Делхи, в подножието на Хималаите. Множество малки водопади, събрали водите на легендарната планина, се стичат към първия (или последния, ако вървиш от юг на север) стожер на цивилизацията в равнината. От тучните склонове водите попадат в прегръдката на огромно още от самото си начало речно корито – новородената Ганга – Богиня още тук. Мощна, буйна, звучна и хармонична, гласовита - като

огромен хор. Градчето коленичи по двата бряга и свежда глава. Почитта към Ганга е тъкът на това място. Духовният Ришикеш, ашрамите, къщите и кафенетата, сребристият пясък по бреговете са нейният храм. През юли, август и септември дъждът вали почти неспирно. Водата царува и управлява живота, слънцето се появява рядко – за по два-три часа на седмица. Температурата е около 35 градуса над нулата. Облаците над планината плуват и се менят по форма и цвят като ужасно дълъг, но вълнуващ филм.

Шест седмици наблюдавам тези облаци. Понякога просто кацат по върховете на източните хълмовете като бели шапки, като леки милувки...като натрапчив сън. Този сън най-редовно се изсипва върху терасата ми като стена от вода и ме принуждава да сменям гледната точка на моето съзерцание като ме премества от откритата тераса на терасата с навеса. От нея виждам хълмовете на север. След дъжда там отново има облаци, но съвсем различни. Облаци–мъгли, които размиват контурите на върховете и ги сливат с небето. Планините и небето стават едно, както всъщност си е, и заради което всъщност съм тук – да се слея, да стана едно.

Водата прониква навсякъде, страниците на книгите се сгърчват от влагата, рядко употребяваните дрехи мухлясват в шкафчето, краката свикват да прегазват огромни кални локви с неясно съдържание, разчесаните ухапвания от комари по стъпалата не искат да зарастват. Какво по-мощно от водата би могло да ни научи на сливане, пренасяйки информацията за всичко под слънцето от клетка на клетка към ядрото на самия живот? Започвам да разбирам много по-добре смисъла на хомеопатичното лечение и терапията с цветните есенции на доктор Бах - два спорни в нашия материален свят терапевтични метода, разчитащи именно на способността на водата да пренася лечебната вибрация на определени субстанции в тялото и така да събужда самооздравителния механизъм, заложен в нас. В Индия тези два метода са широко разпространени. В чисто материален смисъл те са много по-евтини. Тук това е от огромно значение за

повечето хора. В невидимия спектър на причините, обаче, си мисля, не е ли индиецът дотолкова органично свързан с водата, че принципът на хомеопатията съвсем естествено и без каквато и да било съпротива да се настанява в неговото съзнание? С хомеопатия излекувах стафилококовата инфекция, която ми причиниха мръсните локви, с хомеопатия и влажна ришикешка йога излекувах тежкия хормонален дисбаланс, с който пристигнах в Индия. Години преди това с хомеопатия излекувах хроничните си бъбречни кризи, астмите, бронхитите и пневмониите на четирите си деца. Не е реклама, просто личен опит. За мен всеки природосъобразен метод за лечение, както и всяка болест, е поезия, а всяка груба химична намеса в свършената лаборатория на телата ни придизвиква отчаян вик за помощ.

Индийците вярват, че Ганга лекува – тялото и душата. Множество малки заслони и сламени колибки се нижат по брега, а мъдреци с огромни расти и дълги бради ги обитават, за да са близо до Ганга джи. По три пъти на ден те се потапят ритуално във водите ѝ – с изгрева, със залеза и по пладне и мечтаят, работят, така да се каже, за да заслужат Мокша (вечно спасение или още – избавление от цикъла прераждания на земята). Няколко от тях дори я заслужили, както разбрам по-късно от писма на ришикешки приятели. Когато Ганга се разбушувала ужасно в края на септември, помела всичко по брега и заляла основите на къщите по най-ниските хълмове. Двама- трима баби отплували завинаги с бясната вода. Когато лично Ганга джи изтръгва душата от тленното ти тяло, Мокшата ти е гарантирана. Няма по-милостива карма от тази, вярва индиецът. Дали заради това или не само заради това, скоро след пристигането в Ришикеш и аз се запътвам по лъкатушещия път към пясачните брегове, тласкана право в гърба от проливния дъжд. Колкото и пъти след това да достигам брега, вълнението от срещата с реката не променя високия си чист тон.

През този ден дъждът пада като стена във водата, а мъгли като току що разчепкана вълна се стелят над повърхността ѝ. Един

единствен смел садху, навлязал до кръста в буйните води на Ганга, издига високо събраните си в молитвен жест длани. След малко ме забелязва. Няма как – няма друга жива човешка душа наоколо. Вика ме с жест да вляза в реката. Това е от онези мигове, които се случват, а след това вибрират с неизменно мощна сила до края на живота ти, сигурно и после. Усещам, че не мога да отвърна на призива. Хиляди малки, но здраво затегнати ремъчета от досегашния ми живот ме приковават към пясъка и просто не мога да помръдна. Опитвам се да ги назова: страхувам се, че водата е мръсна, че е прекалено буйна, прекалено студена, имам хрема, която ме мъчи и не минава вече цяла седмица... и още нещо...какво е...о, Боже, не мога да го назова! „Ом намах Шивая!”, чувам молитвения вик на мъдреца от реката. О, Боже, не ми достига вяра, това ли е? Виждам самотния садху да излиза от реката и да се приближава към мен. Подава ми ръка и с тон, нетърпящ възражение, ме подканва да влезем. „Не мога”, отговорям, „имам хрема”. „Ганга джи ще излекува хремата ти веднага”, отсича той. Разплаквам се. Малките ремъчета започват да се отпускат едно по едно. „Май не е само хремата”, изхлипвам. „Реката ще излекува всичко, ела!”. Сграбчвам ръката му и след миг теченията на Ганга вече превземат тялото ми. Ръката на моя кръстник здраво стиска моята. „Ом намах Шивая!”, повтаря той. „Четири потапяния, главата, всичко, нито косъм да не се показва над повърхността!”. Изпълнявам командата. Сега вече знам какво е да се чувстваш прероден.

Докато седим на брега чисто мокри и все по-мокри, защото дъждът не спира да вали, Рави Готам ме пита каква религия изповядвам. Казвам му, че съм православна християнка. Усмивка се с хитра брахманска усмивка и казва, че това е чудесно и, за мое сведение, Исус също бил идвал да се потапя тук по тези брегове. Сигурно, казвам си, как да не е идвал. Хремата ми е изчезнала безследно и както се оказва – трайно, въпреки че прекарвам в разговор с брахмана още два часа под дъжда.

Денят в Ришикеш започва с изгрева на Слънцето, а появата му се

благославя всяка Божия сутрин с пеене на мантри. Толкова много гласове пеят мантри отвсякъде, че ти се струва, че всичко пее. Пеят и птиците, разбира се, пее реката, пеят дори маймуните, които вече тупуртят по покривите, пеят кучетата, а свещените крави постоянно отвърщат „ОМ”. В шест сутринта и ние започваме да пеем, след като в пет и половина сме изпили по един билков чай за събуждане. С матраче за йога под мишница в шест и трийсет учителят Санджей прекосява залата и с най-лъчезарната си усмивка започва своя двучасов урок. Няма милост - свещ, мост, стойка на глава и зловещи триъгълници се задържат по повече от пет минути. Просто не ни дава да излизаме от позата. Дишайте, дишайте, казва. Десет дълбоки коремни дъха през носа, петнайсет дъха. Цялото физическо тяло вие. Чува се как нещо капе по пода – кап, кап. Какво ли капе пък сега? О, да, това е потта, която се изцежда от телата ни под напъна на тежките асани. Ако те е болял вратът или пък рамото, кръстът – сега болката е непоносима. На третата седмица всички куцаме и се държим за проблемните места. Тичаме да си записваме час за аюрведичен масаж с надеждата той да облекчи малко тежкото състояние. На четвъртата седмица всичко отминава, сякаш не е било. Тялото лети, мускулите са укрепнали, волята също, мантрите звучат все по-убедително. Усмивката на Санджей не слиза от лицето му. „Обичам да вдъхновявам хората за йога”, казва той дяволито. Вдъхновяващо си е, Гуру джи. След осемнайсет години занимания с йога, чак сега разбирам за какво всъщност става дума. Ришикешката школа няма грешка.

Вече шеста година съм практикуващ юмейхо терапевт, от дванайсет години лекувам себе си и децата си с хомеопатия, от осемнайсет години практикувам йога и вече мога да се подпиша под знанието за това, че болката в нас е готова да ни напусне само когато я погледнем смело и с разбиране в очите. (Както обичат да предупреждават хомеопатите - не се притеснявайте, ще има лечебна криза!) Опитите да потискаме болката с всякакви средства, да не ѝ обръщаме внимание и да я забравяме я прави много по-силна, по-настойтелна, опасна и много често – смъртоносна. Срегнах много от болките си в Ришикеш, имах

дълги разговори с тях в залата за йога и край реката. Накрая ги изпратих надолу по течението. Потапах се много пъти след онзи ден в Ганга. „Смела си”, казваше Рави Готам. „Потапяш се сама, без мен, тук на пясъчния бряг, а не при стълбите, с веригите за хващане. Дори мъжете се страхуват да се потапят тук”.

Още нещо важно разбрах в Ришикеш: всеки малък или по-голям страх е проекция на големия ни страх от смъртта, а смелостта е израз на любовта и доверието ни към живота.

Раздавам дрехите си на бедните в Ришикеш и поемам по обратния път с раница, пълна предимно с книги. Би следвало да е много по-тежка, но сега я нося без усилие. Скачам бодро от рикша на рикша, гледам да не плача за отдалечаващата се река. Трансформирам още тук и сега любимия на западния човек и изпълнен с болка израз „ще ми липсваш” в живителна лична мантра: „Нося те в себе си, Ганга джи”. Усещам, че вече умея да нося по този начин в себе си седемте рилски езера, горите над село Ичера в Сливенския балкан, спокойния сън на децата си, когато съм далеч от тях и всичко, което обичам.

*Публикувано в списание «Усури», брой 5, от май 2011*