

Каждый божий день недели, проведенный в модном сейчас на Средиземноморье курортном центре Aldemar Royal Mare Thalasso Spa (это на Крите, причем практически в той же бухте, где останавливался Одиссей на пути в Итаку), я про себя восклицала: до чего же этот Одиссей был хитроумным! Знал, что это идеальное место для того, чтобы зализать раны.

Похоже, после Крита мое физическое тело кардинально изменилось: теперь оно состоит из свежевывловленной рыбы и дзадзики (домашнего творога с зеленью), по артериям течет морская вода, по венам апельсиновый сок. А в извилинах мозга поселилась одна, но на редкость всеобъемлющая мысль: какое это в сущности правильное занятие - жить в Греции. На восходе плавать в море, разглядывая медлительных морских черепах. На закате гонять на мотороллере по горным серпантинам, наблюдая, как солнце цвета спелого персика и величиной с полнеба тонет в море, а в уже бархатно-черных ущельях зажигаются огни деревушек - будто в складках гор спят созвездия Андромеды, Большой и Малой Медведиц. Часов до двух ночи сидеть в кафешке с неизменными лампадками на каждом столе и под печально-веселое сиртаки поглощать густой греческий кофе, запивая его чистой водой, с блаженной улыбкой приветствуя знакомых: "Калиспера" ("Добрый вечер").

- За пару месяцев здесь самый бледный и чахоточный обитатель мегаполиса обратится в красавца/красавицу с упругим телом и оливковым загаром и без всякой талассы, - высказывала я свои восторги соседке по бунгалу, стройной пятидесятилетней итальянке Джорджине.

- Если хотя бы у сотни деловых людей найдется пара-тройка месяцев на себя, спа (оздоровительные курорты. -А. К.) разорятся, - отвечала она через балкон. -Но я не знаю такого бизнеса, чтобы можно было оторваться от него больше чем на две недели. Вот для меня талассотерапия - спасение. Раньше я ездила во Францию, в Трувиль, но там холодное море и кроме процедур делать совсем нечего. Как только открылся Royal Mare Thalasso, три года назад, я здесь бываю дважды в год. Поскольку оздоровление морем происходит где-то с 11 утра до двух-трех дня (в то самое время дня, когда солнце самое злое и загорать уж точно не стоит), времени на освоение Крита останется предостаточно. Можно погулять по горам или поесть свежевывловленных осьминогов в городке Агиос-Николаос - прямо на берегу пресной бухты, где якобы купалась Афродита. В строго обязательном порядке - паломничество к минойским дворцам. Дворец в Кноссе (1700 лет до н. э.) самый знаменитый из них: во-первых, там находится лабиринт Минотавра, во-вторых, первая в истории человечества канализация, в-третьих дивной красоты фрески (их красно-голубые, почти импрессионистские цвета определенно лечат психику - уверена, цветотерапевты меня поддержат). Короче, после Кноссы окончательно убеждаешься, что теория прогресса человечества - сплошная профанация.

А что само талассо? Критское талассо ничем не уступает французскому, а в чем-то даже и превосходит. И тому как минимум пять причин.

Причина первая.

Талассо как лингвистическая собственность греков

Слово "талассо" именно с греческого переводится как "море". А в греческий оно, как и слово "лабиринт", пришло как раз и; критского языка (древняя письменность Крита пока не расшифрована, а кто расшифрует, наверняка получит Нобелевскую премию).

Первым талассотерапевтом был Гиппократ. Ему рассказали про рыбака, который сломал руку в открытом море, но, пока добирался до берега, был все же вынужден соприкасаться с морской водой. И тем не менее рана не загноилась. Из чего Гиппократ сделал вывод: морская вода отталкивает инфекцию - и стал прописывать древним грекам морские компрессы для снятия боли.

И тем более давно пора было грекам завести себе на Крите талассо-центр, что, по сводкам средиземноморского офиса Greenpeace, море у берегов Крита - самое чистое в Средиземноморье и чуть ли не в мире. И гораздо богаче микроэлементами и морской растительностью, чем у берегов Бретани, в месте самого густого скопления знаменитых французских талассо-спа.

Причина вторая.

Греческое хитроумие плюс французские технологии

Французы большие педанты, чем греки. Они все про море выяснили. Биолог Рене Кинтон доказал, что плазма человеческой крови схожа по составу с морской водой, поэтому морская вода запросто проникает в кожу и кровь, активизируя строительство клеток. У человека, принимающего морские ванны, выводятся шлаки из организма и улучшается лимфоток. Еще французы обнаружили, что чудотворные морские микроорганизмы погибают через 24 часа, если воду пытаться куда-нибудь транспортировать, поэтому настоящее талассо-спа всегда должно быть у моря. И придумали, как лучше использовать море (направленная на проблемные зоны сильная струя душа из морской воды, гидромассажные ванны с морской водой и эфирными маслами, водорослевые обертывания, массаж в четыре руки под морским душем и т. д.).

А греческая бизнес-леди Марианна Ангелопуло, не менее хитроумная, чем Одиссей, купила у французов все талассо-патенты и построила недалеко от кишашего туристами городка Херсониссоса три уединенных отеля (два пятизвездочных - Royal Mare Village и Knossos Royal Village - и один четырехзвездочный Cretan Village) и оздоровительный центр по французскому образцу, но с греческим характером. Это ощутимо уже при первой и обязательной встрече с доктором. Мой визит выглядел примерно так.

- Калимера. Any problems? (Доброе утро. Какие-то проблемы?)

- Yes. I have pain in the neck and back (Да, боли в шее и спине).

- (Осматривая спину) Oh, do you call it a problem? (О, и вы называете это проблемой?)

Потом уже по-русски: "Давление?"

Рукой показываю: низкое. Он говорит "о'кей", замеряет пульс и давление, нажимает какие-то точки и, весьма довольный, выписывает шестидневную программу New Energy ("Новая энергия"). Недельное лечение стоит около \$500, вне зависимости от содержания курса. А курсы такие: Wellness (просто хорошее самочувствие), Body Shape (для худеющих), Vein Tone (лечение варикоза), Beauty Plus (общая талассотерапия плюс уход за кожей на морской косметике Science et Mer), Anti-Cellulite (думаю, из названия все понятно, но добавлю, что антицеллюлитный массаж выше всяких похвал, к тому же иногда перемежается с процедурой на самой современной сейчас антицеллюлитной машине Cellu M-6).

Персонал Royal Mare Thalasso радостно подмигивает и расплывается в улыбке при виде каждого белого халата (такие всем выдают на reception). Хотя здесь успешно лечат проблемы опорнодвигательного аппарата, гинекологии, дыхания и пищеварения, греки, во-первых, сделают все, чтобы вы не чувствовали себя как "больной Сидоров, кабинет номер 5", а во-вторых, свято верят в море, как раньше верили в Посейдона. И есть во что верить.

Третья причина витает в воздухе

Островной воздух кишит отрицательными ионами, которые дивным образом укрепляют иммунитет и легкие, снимают стресс. Дело в том, что у нервного человека на теле возмутительный перебор с положительными ионами, а у гармоничного и спокойного - небольшой излишек отрицательных. Но грекам и природного богатства мало. Они устроили в талассо-центре специальную комнату "Кавитасоник" с отрицательными ионами и советуют там проводить по десять-двадцать минут в день. Просто темная комната, лежишь, закрыв глаза на топчане. Ничего не происходит кроме того, что даже страдающие бессонницей сваливаются в дрему.

Четвертая причина плавает в море, пасется на лугах и растет на деревьях, а потом оказывается на вашем столе

И называется "средиземноморская диета". Ешь-пьешь без конца и все равно на пару килограмм похудеешь. Секрет в оливковом масле, которым сдабривают почти все блюда, - оно восстанавливает обмен веществ. Свежая рыба, свежий творог с тимьяновым медом, оливковое масло и апельсины тоже дорогого стоят. Морепродукты - это фосфор, творог - кальций, апельсины - витамин С. А кто хочет похудеть глобально, еще до поездки заказывает себе стол в диетическом ресторане. Диетолог - гречанка, поэтому вся пища готовится за 10-15 минут до употребления, рыба и мясо ни в коем случае не вчерашние, масла, даже оливкового, по минимуму. Шеф-повар - француз, поэтому каждое блюдо оформлено по всем канонам haute cuisine, и никакого противно-диетического привкуса в этой еде нет. Только клиническому обжоре после этого низкокалорийного обеда захочется урвать в придорожном кафе греческой

пахлавы.

Пятая причина

Спина и шея больше не болят.