



# ТРАВЫ — НЕ ОТРАВЫ

**П**редставьте: жил некто, вкушал земных прелестей, веселился, а потом раз — и пошёл в монахи.

Или наоборот: готовил-готовил себя кто-то к великому поприщу, но затем в один миг бросил всё и загулял с красными девками.

Силён человек на поворотные движения. Тот из сторожей в политики, тот из политиков да прямо в сторожа (хоть это, пожалуй, самый редкий вариант).

А так — у каждого бывало. Меня вот, к примеру, кинуло из слесарей в газетчики, а Валерия Сibaкова из танцоров — в психологи.

— Ничто не случайно, — поправляет Валерий Всеволодович. — Интерес к народной медицине у меня наследственный, от бабушки.

Интерес не знахарский, а настоящий исследовательский. И брошюра его написана строго по-научному, и образование обширное — от института спортивной биомеханики до курсов экстрасенсорики.

Сibaков уже лет пятнадцать исследует людскую природу.

— Человек придумал, что жизнь — борьба, и этим загоняет себя в тупики и болезни, — уверяет он. — Гнев и агрессия саморазрушительны.

— Хотелось бы о целебной траве — она ведь, по нашим понятиям, основа народных лечений.

— Не принёс я вам ни трав, ни кореньев, — отрицательно покачал головой Валерий Всеволодович. — Холод на дворе, он любую сушёную травку испортит.

**Н**есколько лет назад он побывал в байкальских краях. Бурятские ламы пригласили. Изучал восточную иглотерапию, помимо неё и много другого узнал.

Например, православные байкальцы поведали, что если из их знаменитого озера взять воду на Рождество, а именно седьмого января, то она сохраняется два-три года.

— И ещё желательно над каждой водой читать молитву или заговор на здоровье.

— А молитва с заговором совместны? — снова настаиваю, ведь одинаково скептически отношусь и к тому, и к другому.

— Во всяком случае, после них у заморозенной воды кристаллы идеально ровные.

Успокоил фразой, что тоже когда-то был материалистом. Куда уж конкретной материя — Бакинское хореографическое училище, съёмки в фильмах, музыкальный театр, Московский институт культуры...

Но даже музыку он уложил в свои нетрадиционные теории. Скажем, убеждён, что любая из семи нот соответствует определённому энергетическому каналу, коих тоже, оказывает-

ся, семь. Каждый подзаряжается своей ноткой.

Каналы те зовутся чакрами. Чакры, мантры и тут же "Отче наш" — такая смесь, конечно же, путает религиозного человека. Однако всё это, на верное, можно примирить, если не быть таким уж ортодоксом.

**О**пять мы ушли от трав, главной цели нашей встречи. Но выходит, что они лишь часть большой и сложной науки жить в ладу с собой и природой.

Наконец Валерий Всеволодович открывает "Словарь-

травник и цветник" конца девятнадцатого века.

— До Петра Первого медицины в России практически не было. Потом он издал "аптекарский указ", и травы стали открыто изучать.

Изучить всё это луговое богатство не так просто. Взгляд падает на силуэт довольно знакомой травки с незнакомой надписью "арника". Рядом многочисленные народные её прозвища: баранник, борода, купальник, заячья трава...

— Везде её ценили и ценят. Помогает при параличах и повреждениях кожи.

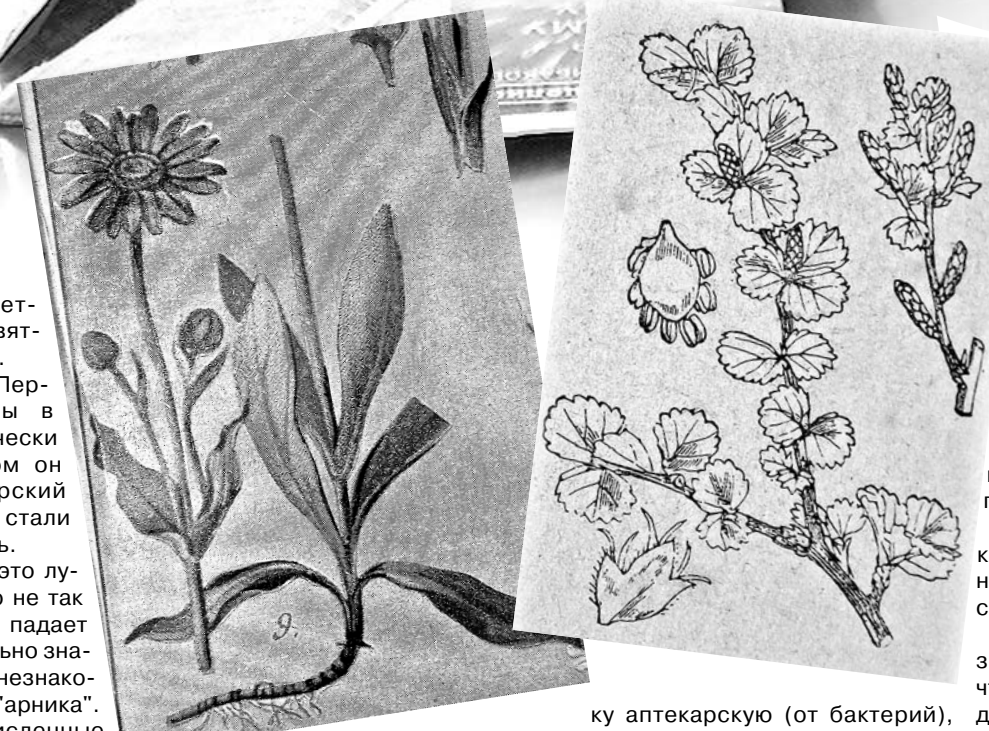
— Много трав знаете без словаря?

— Около сотни.

— А какие самые полезные? Для повседневности...

— У каждого свои. Просто попробуйте: если запах нравится, значит, ваша. Организм сам подсказывает.

Иметь же всегда под рукой Сibaков посоветовал три немудрящих растеньица: ромаш-



хождение своей фамилии.

— Сibaк в переводе с древнеарабского означает гонку. Моторные были мои предки. Я "гонимые" имена обнаружил во всех расах, даже в Гватемале у краснокожих индейцев...

**П**ятидесятилетнего орловского исследователя одинаково интересуют и этнографические тонкости, и хореографические. Всё — человеческая загадка.

Когда-то поразила знахарка, точно ставившая диагноз, но не знавшая, где у человека селезёнка.

— Говорит: "Мне и не надо знать, где она, я просто вижу, что она у него болит". Это люди-рентгены, попробуйте их сразу объясни...

Главная же идея Сibaкова ясна и исконна, как мир: не гневайся.

Так просто и так выполняемо... Что ж мы друг дружку травим? Ведь выходит — себя.

**Ф. ИВАНОВ.**

**Фото Вячеслава МИТРОХИНА.**