



том, когда уже одетыми выходили из шатра с купелью.

«Я ныряла уже второй год подряд. Первый раз было страшно, во второй – нет. Волновалась только, выдержит ли всех лед. Ныряли люди разного возраста. Было очень много детей. Не ссорились, не толкались. Все прошло хорошо, никому не стало плохо. Ныряли по очереди, одевались и уходили. Многие после купания пришли сразу в церковь, там была служба. Все доброжелательные – приятно, что люди относятся к празднику Крещение Господне сознательно», – рассказывает Елена, жительница Арамили.

В тепле и не в обиде

Сделать погружение приятным – в воду, прогретую примерно до 26-градусов – можно было в бассейне «Дельфин». Но оценили эту возможность по достоинству лишь те гости учреждения, которым посчастливилось в момент освящения воды в нем находиться в чаше бассейна.

«Одна пожилая женщина осталась очень довольной этим: ушла в хорошем настроении», – рассказывают сотрудники «Дельфина»,

– но в основном люди приходили просто купаться, а не свершать обряд погружения в честь праздника Крещения: в установленные сеансы для свободного посещения, согласно графику, горожане плавали не с этой целью.

Окунуться в горячую воду – в термальном бассейне города Арамил – желающих в этом году было в три раза меньше, чем в прошлом, когда таковая услуга в канун Крещения только появилась. Возможно, это связано с погодными условиями. Но те, кто предпочли ледяной воде в купели бассейн с горячей водой – говорят, не пожалели. Тем более, что для некоторых – это была единственная возможность отметить праздник.

«Там комфортнее, удобнее. Я по состоянию здоровья не могу окунаться в холодную прорубь. А тут такая альтернатива – ночью можно покупаться в горячей воде», – поделилась радостными эмоциями от этого Татьяна, жительница Арамили.

Зов сердца, а не дань моде

Однако, многие горожане отмечают тот факт,

что для них купание на Крещение Господне – это именно погружение в ледяную воду. Теплая и горячая для этого не подходит.

«Это некий экстрим, – признается Марина, спортивный врач, – когда выходишь после погружения, чувствуешь, что по всему телу от кожи жар идет. Это необычное ощущение. И важно понимание того, что ты это сделал».

По ее словам, погружение раз в год в ледяную воду – да еще трижды, с головой – не является сильным стрессом для организма человека, и привести к серьезным отрицательным последствиям для его здоровья не может.

Окунувшиеся в прорубь в Крещение горожане отмечали также, что не заболели после этого. Кому-то даже показалось, что на душе, как говорит «я, стало легче: отпустили былые заботы, стало радостнее и спокойнее на сердце. Но, тем не менее, многие отмечают тот факт, что посещение купели – это должен быть осознанный выбор каждого из нас, а не дань моде или погоня за «острыми» ощущениями.

