

Время с пользой

**В городе почти не осталось людей, о хобби которых не рассказывали бы на страницах «Магнитогорского металла»: вышивальщицы, вязальщицы, самодеятельные художники, ювелиры, куклоделы, стеклодувы, альпинисты... В нашем случае увлечение молодой красавицы женщины весьма специфичное – дайвинг. В Инстаграм на страничке Олеси Барагамян под её портретом в гидрокостюме размещён комментарий: «Если у человека появляется возможность вести необычную жизнь, он не имеет права от нее отказываться». Олеся и не отказывается, она дайвер со стажем.**

Первое пробное погружение произошло в египетском Дахабе в 2010 году. Новое увлечение так захватило, что Олеся прошла обучающий курс на Красном море и получила сертификат дайвера. Подсчёт погружений не ведёт, но примерная цифра превышает шесть десятков.

– Для меня учёба была сложной, – вспоминает Олеся события десятилетней давности. – Ощущения от погружения в иной мир, иную реальность невозможно забыть. Но лишь с появлением навыков начинаешь испытывать гамму чувств: восторг, удовольствие.

Открыв для себя неизвестное состояние организма – невесомость, большинство дайверов испытывают настойчивую потребность погружаться в глубины водной стихии. Меняется восприятие мира: самосознание личности сжимается до размеров песчинки. Подобное чувство охватывает добравшихся до горных вершин альпинистов.

Красное море со множеством каньонов в Дахабе – Мекка дайверов. Самое популярное место для погружения – Blue Hole – Голубая Дыра: подводная вертикальная пещера. Это 130-метровый карстовый провал, окружённый коралловыми рифами. На глубине примерно 50-ти метров пещера соединяется с морем аркой, усеянной кораллами. Безответственные дайверы, погрузившись без специального снаряжения и должной квалификации, навеки остались на морском дне, создав Blue Hole печальную славу.

– Чтобы пронырнуть Blue Hole, надо проплыть вдоль стенки рифа и войти в Голубую Дыру через верхний перешеек, седло арки, – рассказывает Олеся. – С одной стороны – коралловая стенка, с другой – синяя бездна, и, чтобы в ней не заблудиться, взглядом «цепляешься» за коралловый риф. Главное, не терять в водной синеве ориентиры.

На Красное море ездила с большой компанией, друзьями из Орска. Погружались группой.

**Подводный мир очень красочный, но чем глубже, тем меньше света, ниже температура, тусклее краски**

Есть растительность, рыбьих стай больше. Кораллы, как и всех обитателей подводного мира, трогать запрещено, нельзя даже задевать ластами. За этим строго следит спецполиция. Были случаи, когда нарушителей препровождали в отделение. На глубине встречалась с большой черепахой, осьминогом, скатом. Акулам люди в чёрных скафандрах неинтересны, да мы их и не встречали. Друзья были на Мальдивах, вот им посчастливилось видеть хищниц.

# Не потерять в синей бездне

**Если у человека появляется возможность вести необычную жизнь, он не имеет права от неё отказываться**



Олеся Барагамян

С дочерью Милен

Для Олеси дайвинг – очередная ступень саморазвития, тестирование физических возможностей своего тела. Первой ступенью самопознания для неё, как и для многих дайверов, стала йога.

– Занимаюсь с 20 лет, – продолжает Олеся. – Йога открывает потенциальные возможности организма. Одинаково комфортно чувствую себя и на воде, и под водой. Во время погружения концентрируюсь на дыхании. Это своеобразная медитация, расслабление сознания, «высадка» в другую реальность – водный космос. Занятия дайвингом – универсальный вид спорта, не имеющий возрастных ограничений. Совсем не обязательно предварительно заниматься дыхательной гимнастикой. Но, как и в любом виде спорта, нужна хорошая физическая подготовка.

У Олеси Барагамян она профессиональная. Кроме МаГУ она окончила Уральскую академию физической культуры по специальности «тренер-преподаватель». В настоящее время практикует массаж. Здоровый образ жизни, йога и дайвинг творят чудеса. На снимках

со взрослой дочерью Милен – имя, как у французской певицы Фармер – видишь ровесниц, а не маму и дочь.

**Среди любителей экзотического увлечения есть немало людей пенсионного возраста**

К слову, режиссёр, актриса Лени Рифеншталь занялась дайвингом в преклонном возрасте и погружалась с аквалангом почти до самой кончины – ста двух лет. Магнитогорские пенсионеры тоже не робкого десятка. Примером может служить 57-летняя Елена Рыбина. Она, опытный дайвер, настолько увлекла сына подводной стихией, что впоследствии он серьёзно увлёкся спортом, посвятив любимому занятию большую часть времени.

– Риск есть во всём, – размышляет Олеся. – Но человек должен знать свои возможности. Безусловно, перед погружением необходимо пройти медицинское обследование. Главное в дайвинге – уходя под

воду, побороть страх. Если это озеро, то в любой момент можно всплыть, отдышаться, осознать ощущения. В центре SkyDive на Банном сертифицированный инструктор Денис Рыбин проводит с новичками пробные занятия. Погружение проходит с инструктором. Главное – соблюдать технику безопасности. Допустим, прошёл обучение, но не практиковался лет пять. После длительного перерыва нельзя сразу нырнуть метров на 20. Глупо и опасно. Необходимо постоянно закреплять навыки, тренироваться. Я не погружалась шесть лет – время, когда между Россией и Египтом не было воздушного сообщения. В этом году навыки закрепила, отработав погружение на озере.

Олеся рассеяла моё убеждение, что восхищения достойны лишь подводные просторы океанов и тёплых морей планеты.

– Подводный мир Банного великолепен, – восторгается Олеся. – Правда, я не обследовала ландшафт других озёр, мой «погружной» список очень скромный. В подводном пространстве озера есть чем восхититься, например,

термоклин: холодное течение, сливаясь с тёплым, образует туман, смешивается с зелёными, голубыми красками. Плывёшь, будто в дыму или облаках. Рядом – стаи рыб, есть маленькие, не больше трёх сантиметров, встречаются и большие. Часто видела затаившуюся в водорослях щуку. Вода в озере такая чистая, что просматривается дно. Многометровая трава, поднимаясь со дна, образует арки, пещеры. Очень красиво. Подводный мир всегда разный, в зависимости от места погружения. Уходила на десятиметровую глубину. Есть места, где можно погрузиться на 30 метров. Я погружалась на 28. Брала с собой фонарь, но на такой глубине темно и страшно. Ощущение, что ты не под водой, а под землёй. Казалось, сейчас появится Ямарадж – в индуизме бог смерти – и заберёт.

Ныряли в разных местах, и ландшафт везде разный. На пляже «Родина» уходящие на дно корни деревьев облеплены ракушками, водорослями. Озеро до конца не исследовали, изучили лишь периметр, где погружаемся. Находили трофеи: телефоны, часы.

О Банном ходит много мифов, например, что на дне лежат самолёты. Может, и лежат, но под слоем ила и глубже 30-ти метров. Озеро, как музей раритетной техники. На дне видела катер, гидроцикл. В районе пляжа «Родина» покоится старый мотоцикл с коляской. Чтобы разнообразить подводный пейзаж, дайверы соорудили риф, поставили большое зеркало. Можно подплыть, полюбоваться.

**Фантастическое зрелище – увидеть своё отражение в занесённом илом зеркале**

Многие приезжают на Банное из других регионов, берут снаряжение в дайв-клубе, погружаются. Озеро очень холодное, но температура не помеха. Погружаться можно в любую погоду.

**Поодиночке и без компаса не «ходим» – даже на озере Банное без него можно потеряться**

Отработала навык погружения, поиск предмета и возвращение по компасу. Мужчины выполняют задание быстрее, чем девушки. В школе учили определять направление по мху на деревьях. Под водой эту мудрость не применишь. В магнитогорской группе дайверов 40 человек. В центре Дениса Рыбина получила «звезду» – сертификат, который даёт право погружения на 18-метровую глубину.

В начале сезона Денис организует чистку озера. После зимы вся грязь оседает на дне. Мусор собираем, а потом отдыхаем на мягкой, как ковёр, подводной траве.

Олеся мечтает запечатлеть подводный мир озера, который не менее восхитителен, чем земные красоты Банного.

– Хотелось бы погрузиться в воды Тургояка, – делится планами Олеся. – Это одно из древнейших озёр региона, о нём сложены легенды. После Байкала оно самое чистое. Мечтаю ещё раз побывать в Blue Hole. Не знаю, удастся ли поехать в Египет в этом году. Во всяком случае, COVID не остановит. Переболела. Не перестаю восхищаться подводным миром, использую любую возможность, чтобы вновь оказаться в другой реальности, ощутить состояние ошеломляющего восторга...

Сейчас Олеся занимается в мотоклубе, постигая не менее экстремальное и захватывающее хобби – мотокросс-эндуро.

Ирина Коротких