

# «ХАЧУ, КАБ УСЕ БЕЛАРУСЫ БЫЛІ ЗДАРОВЫЯ»

Духоўны мільянер Бікаш Нахар пра гаючыя прыправы, а таксама пра тое, як ставіцца да іншых людзей і да грошай

Нядаўна сябры запрасілі мяне на гадыну свайго вяселля ў індыйскае вегетарыянскае бістро. Там я і пазнаёмілася з Бікашам, які называе сябе духоўным мільянерам.

## «У дранікі раю дадаць пажытнік»

Мяне вельмі ўразіла, што гаспадар бістро ўвесь вечар хадзіў па зале і размаўляў з кліентамі, як са сваімі старымі сябрамі. Было такое адчуванне, што мы прыйшлі не ў бістро, а ў яго дом. Перыядычна Бікаш падыходзіў і да нашай цікаўнай кампаніі. Так я даведалася, што 30 гадоў таму ён прыехаў у Беларусь з Індыі вучыцца. Сустрэў тут сваё каханне — беларуску Кацярыну. І вырашыў застацца ў Мінску назаўсёды. Цяпер ён не толькі шчаслівы муж і тата дзвюх дачок-прыгажунь (*Аніта і Паліна, дарэчы, працуюць у вегетарыянскім бістро афіцыянткамі, Бікаш нас з імі таксама пазнаёміў. — Аўт.*), але і дзядуля шасцігадовай Варвары. Дарэчы, з зяцем у духоўнага мільянера таксама цудоўныя адносіны, прызнаўся, што Аляксей называе яго татам.

Бікаш вельмі рознабаковы чалавек, мае тры вышэйшыя адукацыі (хіміка, псіхолага, інжынера), валодае шасцю мовамі (хіндзі, бенгалі, урду, англійскай, рускай, фарсі). Многія мінчане ведаюць яго, як уладальніка лаўкі індыйскіх прыпраў на «Камароўцы». Часам ён сам стаіць за прылаўкам і дае парад пакупнікам. Акрамя таго, Бікаш выкладае ёгу і праводзіць майстар-класы па ведычнай кухні, а таксама, калі просяць, працуе перакладчыкам на судовых працэсах. Карыстаючыся магчымасцю, я задала яму некалькі пытанняў.

— **Бікаш, пасля таго, як мы паелі, разам з рахункам ваша дачка Аніта прынесла нам піялу з фенхелем ды цукрам. Што з гэтым рабіць?**

— (*Кладзе невялічкую жменьку фенхелю ў рот і пачынае жваваць*). Гэта індыйская жуйка, толькі ў натуральным выглядзе. Фенхель вельмі карысны для пераварвання ежы, паляпшае страваванне. Таму, калі дзецям баліць живот, я заўсёды раю фенхелевую даду.

— **Што гэта за вада такая?**

— Трэба проста заліць фенхель кіпнем. Астудзіць крыху і даць дзіцяці адну-дзве лыжкі гэтай вадкасці. Неўзабаве живот перастане балець. Гэта правэрана. Я заўсёды так рабіў, калі дачкі былі маленькія. Акрамя таго, фенхель выдатна асвятляе дыханне. Ведаючы гэты сакрэт, можна смела есці часнок нават перад рамантычным спатканнем (*усміхаецца*).

— **Вы ўжо больш як 25 гадоў праводзіце ў Беларусі майстар-класы па індыйскай кухні. Хто вас навучыў гатаваць, адкуль такое захапленне?**

— Ад мамы. Яна гатавала неверагодна смачна. Я рос у вялікай сям'і. У маіх бацькоў 11 дзяцей. Але толькі я адзіны з усіх братоў пастаянна дапамагаў маці на кухні. Эксперыментаваў з рознымі прыправамі, прыдумляў новыя рэцэпты. Мама і тата мяне заўсёды падтрымлівалі. Хоць некаторыя мае эксперыменты былі не вельмі ўдалыя. Але, калі я частаваў бацькоў, яны заўсёды мяне хвалілі: «Ну ты проста ідэальна гатуеш». Я ўдзячны ім за тое, што дапамаглі мне паверыць у свае сілы. Хоць бацькі ўжо даўно ў іншым свеце, але жывуць у маім сэрцы заўсёды.

— **Вашай жонцы пашанцавала выйсці замуж за мужчыну, які ўмее гатаваць. Ёй, відаць, не трэба кожны дзень стаяць каля пліты.**

— І жонцы, і дачкам вельмі падабаецца, як я гатую. Раблю гэта з задавальненнем. Але не магу сказаць, што мая жонка наогул не падыходзіць да пліты. Яна таксама гатуе, праўда больш у беларускім стылі. Я і яе, і дачок навучыў спалучаць прыправы з беларускімі стравамі. У маім бістро на сёння тры кухары-індусы. Аднак у панядзелак і аўторак я аднаму з іх даю выхадны і гатую сам, бо мне гэта вельмі падабаецца.

— **Можаце падзяліцца з нашымі чытачамі якім-небудзь сакрэтам спалучэння прыпраў з беларускай стравой?**

— Я стаадсоткавы вегетарыянец. Не ем мяса, рыбу. Таму беларускія дранікі мне па-



Фота Надзеі БУЖЫК.

дабаюцца больш за ўсё. Беларусь, я ведаю, таксама вельмі любяць іх гатаваць. Раю усім, як будзеце рабіць дранікі, дадайце ў цеста лісты пажытніку. І толькі праз 10 хвілін пасля гэтага п'ячыце бліны. Яны будуць такія смачныя і духмяныя, што вы будзеце балдзець!

— **«Калі мы перастанем ганяцца за прыбыткам, то грошы самі будуць бегаць за намі»**

— **Як вы ўгаварылі дачок працаваць афіцыянткамі ў сваім бістро?**

— Наогул ніколі нікога не прымушаю. Я супраць насілля ў любым яго праяўленні. Гэта мой жыццёвы прынцып. Дачкі самі захацелі ўдзельнічаць. Дапамаглі з дызайнам шальды, прадумвалі інтэр'ер. Яны мяне вельмі падтрымліваюць, бо ім гэта ўсё вельмі падабаецца.

— **Заўважыла, што вы паспявалі сёння не толькі размаўляць з кліентамі, але і самі адносілі брудны посуд.**

— Я і памыць яго сам магу. Хоць у мяне і чалавек наняты адмыслова для гэтага. Не бачу нічога ганебнага ў тым, што аднясу посуд. Гэта не прыніжэнне. Прыніжэнне — гэта накрываць на каго-небудзь, абразіць. Калі мы не сыходзімся з чалавекам у поглядах, я проста абдымаю яго і сыходжу. «Прабач, — кажу, — мы вельмі розныя, я яшчэ не гатовы да гэтага». А пасляць яго? Абразіць? Гэта бардак. У чым ён вінаваты? Што яго меркаванне не супадае з тваім? Дык дзе гарантыя, што тваё меркаванне 100% правільнае.

— **У вас ёсць прывязанасць да тэлефона, дарагіх рэчаў?**

— Што вы! (*усміхаецца*) Вы ж бачыце, як я апранаюся. Я 30 гадоў так жыю. Вось гэтыя чаравікі, дарэчы, беларускай вытворчасці, купіў у 2007 годзе. І нашу круглы год, пакуль снег не выпадзе. Вядома, я мог бы купіць пяць пар абутку для кожнага кроку. Але мне гэта непатрэбна. У мяне няма матэрыяльных прывязанасцяў. Я чалавек просты. Паказуй не займаюся. Не люблю гэта.

— **А як ставіцеся да грошай? І як да іх наогул патрэбна ставіцца?**

— Гэта вельмі важны момант. Нельга ставіць самамэтай матэрыяльныя каштоўнасці. Калі мы перастанем ганяцца за прыбыткам, то грошы самі будуць бегаць за намі. Калі ж матэрыяльныя даброты прыйшлі, і ты размяркоўваеш іх правільна, то духоўныя даброты абавязкова прыйдуць. Таму ў першую чаргу клапаціся пра іншых, сачы, каб твае дзеянні нікому не нашкодзілі. А пра цябе Бог пакла-

поціцца. Я — мільянер, але не матэрыяльны, а духоўны. Не баюся пра гэта гаварыць, бо вучу гэтаму на сваіх лекцыях.

— **«Усе праблемы ў нас у галаве»**

— **Бікаш, у свае 55 гадоў вы выглядаеце даволі молада. У чым сакрэт? У тым, што вы штодзень выпіваеце як мінімум 1,5 літра чыстай вады? (Відэа, дзе Бікаш расказвае пра ваду і паказвае, як яе трэба піць глядзіце на нашым сайце [www.zviazda.by](http://www.zviazda.by)). Альбо ў чымсьці яшчэ?**

— Гэта адзін з сакрэтаў. Самае ж галоўнае раніцай прачнуцца і сказаць: «У маім жыцці няма месца насіллю, я нікога не буду абражаць і прыніжаць — гэта мой гонар. Я свой гонар таптаць не буду».

— **І вы кожную раніцу так кажаце?**

— Не толькі кожную раніцу, але і вечарам. Але гаварыць мала. Гаварыць кожны можа, а праз пяць хвілін рабіць абы-што. Трэба не толькі гаварыць, але і жыць так.

— **Кім вы сябе лічыце — беларусам ці індусам?**

— Беларускім індусам. З 2008 года я маю беларускі пашпарт. З гонарам пра гэта кажу. На жаль, я не «размаўляю» (*гэтае слова Бікаш сказаў менавіта так. — Аўт.*) па-беларуску. Але я паважаю вашу мову. Мае дзеці яе добра ведаюць. Мне вельмі падабаецца жыць у Беларусі. Гэта мая другая радзіма.

— **Вы працуеце на «Камароўцы», жывяце побач і нават бістро адкрылі ў крокавай даступнасці. Як так атрымалася?**

— Я сам не ведаю. Усе пытаюцца, як гэта так. Я ніколі нічога не шукаў. Само атрымалася. Кватэру купляў побач з працай, дык два гады чалавеку грошы за яе выплачваю, бо не было адрознення ўсёй сумы. Мне здаецца, гэта вынік уласнай энергетыкі, кармы. Як кажуць, як ты будзеш рабіць, тое ты і атрымаеш. Што пасадзіш на зямлі, тое і вырасціш. Я пра людзей заўсёды добра думаю і стараюся быць побач, калі ёсць патрэба. Бо дапамагчы я не маю права. Я не дапамагаю, я толькі дапаўняю. Дапамагчы толькі Бог можа, таму мы і кажам «Бог у дапамогу». Мы не кажу: «Маша, Даша, Бікаш у дапамогу». Калі я адчуваю, што патрэбна маё дапаўненне, я проста шчыра іду туды. Ёсць у Беларусі некалькі сем'яў, якія былі на мяжы разводу. Дзякуй богу, мае веды прынеслі карысць, цяпер яны жывуць выдатна. Прыходзяць да мяне ў бістро і балдзеюць.

Я наогул, калі вы заўважылі, пастаянна балдзею. Што б не рабіў. Вось і цяпер размаўляю з вамі і балдзею. Жыць без моцна-

га напружання — лепш за гэта, па-мойму, нічога няма. У сучасным свеце большасць людзей паміраюць ад перажыванняў. Да такой ступені перажываюць, што сэрца, мозг, кішэчнік не вытрымліваюць.

— **Няўжо вы ніколі не перажываеце?**

— А які сэнс? Напрыклад, я адкрыў бістро і пачу перажываць, чаму ў мяне людзей няма. Дык што пасля гэтага да мяне адрознення натоўпы хлынуць? Трэба штодзень працаваць над сваёй душой. Не крытыкаваць іншых. Я назіраю за людзьмі. Многія вельмі дзіўныя: іх хвалюе хто што сказаў, як хто паглядзеў, хто ўва што апрануты, а ў сябе ўнутр не зазіраюць. У іх няма на гэта часу. А гэта ж самае галоўнае. Без гэтага ўсё іншае не мае сэнсу.

— **Вы казалі, што да вас людзі прыходзяць не толькі па прыправы, але і па парады.**

— Так і ёсць. Мы ў Індыі прыправы выкарыстоўваем у першую чаргу як лекі. Вось, напрыклад, куркума — гэта натуральны антыбіётых. Калі ў вас першыя прыкметы прастуды — кашаль, насмарк — вазьміце паўлыжкі куркумы, паўлыжкі імбіру і размяшайце ў гарачым малаце. Гэта цудоўны старадаўні індыйскі рэцэпт. Калі чалавек пастаянна яго будзе выкарыстоўваць, проста не будзе хварэць. А калі і захварэе, то хвароба не будзе даваць ускладненні. Калі ж парэзаліся ці, напрыклад, у вас дзіця ёсць і яго котка падрапала — ранку трэба куркумой змазаць. Я хачу, каб усе беларусы былі здаровыя. Таму на сваіх занятках па ёзе вучу ўсіх правільна дыхаць, у тым ліку жыватам. Дыханне дапамагае амалоджваць цела. Пры дапамозе яго мозг, сэрца і кішэчнік вельмі сур'ёзна пачынаюць умацоўвацца.

— **Бікаш, людзі хочуць быць не толькі здаровымі, але і шчаслівымі. Можаце на гэты конт штосьці параіць?**

— У аднаго чалавека спыталі, ці шчаслівы ён. «Не, — адказаў той, — але як з'явіцца ў мяне прыгожая жонка, тады буду шчаслівы». Праз нейкі час ён адказаў з прыгажуняй. У яго зноў пытаюцца: «Ну што, цяпер ты шчаслівы?» — «Вось з'явіцца ў мяне ўласны дом, тады буду шчаслівы». Дык вось, я вам дакладна скажу, з такім падыходам гэты чалавек ніколі не будзе шчаслівы. Бо шчасце — яно тут і цяпер, а не заўтра. Калі вы гэта зразумеете, то ёсць верагоднасць, што адчуеце шчасце. Усе праблемы ў нас у галаве. Пакуль у галаве будзе бардак, нічога не зменіцца.

Надзея ДРЫНДРОЖЫК.

nadzieja@zviazda.by

ЗВЯЗДА