Глава 21.

Закаляя дух.

После того, как я начал жевать корень Безночника, любое движение стало даваться мне с трудом. Мышцы задеревенели, а координация движений явно оставляла желать лучшего. С огромным трудом я поднялся на ноги и встал в стойку перед Алакагом.

- Что ж, похвально видеть, что ты можешь подняться на ноги после корня Безночника. Теперь будем заниматься укреплением твоей силы воли. Главной задачей на сейчас для тебя будет повторение комплекса движений, главной задачей которого стоит укрепление мышц. Больше 80% упражнений – это статические позиции, остальные 20% - плавные движения для перехода из одной позиции в другую. И первым упражнением будет Дерево. Тебе нужно встать в позицию наездника, поднять перед собой руки и поставить их полукругом так, как будто бы ты обнимаешь большое дерево. Отсюда, кстати, и название. После того, как ты примешь позу, представь, что через твоё тело проходит энергия из земли в небо, и из неба в землю.

Я с трудом принял позицию Дерево, и начал усиленно гнать энергию через своё тело. Сначала из земли в небо, а потом возвращать её из неба в землю. Вдох – выдох, вдох – выдох. По телу прошла волна тепла и мурашек, а в затылке заныло.

-- Ндааа, забавный корешок тебе подсунули. Хотя он и усложняет взаимодействие с внешним светом, но вот духовную часть они значительно усиливаю. Даже моё тело ощутило воздействие.

Всё моё тело постепенно начала сводить судорогой. Дышать стало ещё труднее, но я заставлял себя продолжать упражнение.

- Хорошо, теперь плавно переходи из позиции Дерево, в позицию Богомол. Спина ровная, стоишь на одной ноге, а вторую упираешь в колено опорной ноги. Руку, противоположную опорной ноге, отводишь вперёд, а вторую – в сторону. И давай не расслабляйся мне тут.

Я попытался перейти из первого положения во второе и понял, что сделать это намного труднее, чем могло бы показаться – мышцы безумно болели, и каждое движение отзывалось острой болью спазмов. Благодаря неимоверным усилиям я всё же изменил свою позу, но из – за действия корня Безночника я не смог удержать равновесие на одной ноге и упал на спину.

-- Ха – ха – ха! Вот это поворот! Неужели ты настолько слаб, что не можешь даже устоять на одной ноге?! Ха – ха – ха!

- Хаааа… Как же мне сейчас… хо… хочется тебя прибить. – Я лежал на спине и смотрел в небо без сил даже для малейшего движения. Даже слова было трудно произносить – дышать всё ещё было трудно.

- А ну не расслабляйся! Давай вставай, или ты собрался тут проспать до завтрашнего утра? – Алакаг подошёл ко мне и протянул руку помощи, помогая мне таким образом подняться на ноги. – Чем меньше ты будешь двигаться после принятия корня Безночника – тем сложнее тебе потом будет двигаться.

- Спасибо. – Я встал на ноги и повторно попытался принять позу Богомола. И опять это далось мне с трудом. Но в этот раз я не упал.

- Что ж, в этот раз у тебя всё получилось. Главное не переставай дышать и направлять энергию

в своём теле. Это поможет тебе сконцентрироваться на процессе и отвлечься от боли и тяжести в теле.

Следуя советам Алакага, я постарался сосредоточить всё своё внимание на работе с энергией. Сначала я представил, как поток энергии спускается с неба и проходит сквозь меня, наполняя каждую клеточку моего тела энергией из открытого космоса. После наполнения тела приятным теплом от нисходящей энергии, поднимал по своему телу уже энергию земли. Точно так – же, как и в первый раз, я добивался ощущения тепла во всём теле. У меня получилось повторить цикл вознесения и нисхождения энергии около 15 раз, когда Алакаг решил перейти к следующей позиции. Она была зеркальна моей текущей.

Движения всё ещё давались с трудом и болью, однако дышать уже было не так трудно, а тепло в теле постепенно разгоняло боль и онемение. Так продолжалось до тех пор, пока небо не начало темнеть. В общей сложности получилось 3 цикла по 8 упражнений, и по 15 – 16 цикла восходящего – нисходящего дыхания на каждое упражнение.

- Хорошо, с упражнениями пока – что закончили. Теперь будем укреплять твою сущность. Для этого необходимо что – бы ты материализовал своё оружие и максимально наполнил его частицами тумана. На первый взгляд это не трудно, но материализация и поддержание его физической формы в первое время расходует огромное количество энергии. Как твоей, так и твоей сущности. Но постоянная тренировка поможет уменьшить необходимые затраты, тут работает тот – же принцип, что и при тренировке тела. Постоянное использование увеличит максимальный оббьем энергии, а так же её качество и эффективность. В быстрых, коротких столкновениях у тебя, возможно, и хватит запасов, но вот для затяжных боёв на истощение у тебя явно не хватит сил. Но это если судить по тому, общему впечатлению и моему личному опыту.

Пока Алакаг объяснял, я уже материализовал свой меч. Ощущения отличались от тех, что были в первый раз. Сейчас я отчётливо ощущал, как из моего тела вытягивается энергия, и я постепенно приближаюсь к состоянию, очень близкому к обморочному. В глазах появились цветные разводы, а мышление затрудняется. Было трудно определить причину, по которой я так себя ощущал, но скорее всего причиной этому положило общее истощение.

- Сейчас ты должен отчётливо ощущать, как энергия покидает твоё тело, а общая усталость будет создавать ощущение растерянности. Но именно в таком состоянии ты сможешь научиться контролировать исходящий поток. В первое время тебе может быть трудно его уменьшить до того состояния, когда клинок ещё может быть использован как оружие, но уже потребляет минимальное количество тумана для материализации.

- И как я могу узнать необходимое количество? – Я попытался уменьшить исходящий поток, благо после практики практик с дыханием потоками небесной и земной энергий, я уже имел некоторое понимание, как работать с внутренней энергией.

- Только благодаря практике. – В воздухе перед Алакагом материализовался клинок из чёрного тумана похожий своей формой на японскую катану. – А лучшей практикой будет сражение. Тебе нужно заблокировать мой удар. Я буду бить с силой, которой достаточно что бы нанести тебе достаточно серьёзные раны. Поэтому не старайся сразу – же определить минимальный уровень энергии. Работай постепенно. А теперь готовься к первому удару. Встань в стойку и расположи меч так, что бы я мог ударить по нему, но не задел при этом тебя.

Я поудобнее взял меч и выставил его перед собой. Приняв боевую стойку, я подтвердил свою готовность. И в следующий миг материализованный клинок мощно ударил по моему мечу. По

рукам ударило отдачей от столкновения клинков, а меня самого немного сдвинуло назад.

- Хорошо, для первого раза очень хорошо. Теперь уменьшай количество энергии в клинке и повторим.

- Хорошо. – Я представил, как концентрация тумана в мече уменьшается и когда решил, что убрал достаточно, опять выставил его перед собой и принял боевую стойку. – Я готов.

Так повторялось ещё около часа. На последнем ударе я уже не смог удержать форму меча, и он просто рассеялся от столкновения с катаной Алакага.

- Что ж, пока – что этого достаточно. Будем возвращаться в особняк. Уже скоро ужин.

http://tl.rulate.ru/book/8110/175148