

### Глава 3: Что такое чакра?

– Чакра - это смесь физической и духовной энергии человека. Это дар, который отличает шиноби от гражданских. Используя чакру, шиноби может выполнять различные техники шиноби. В этом году мы будем изучать основы чакры и контроля чакры. Помните, что контролировать чакру очень важно, так как это поможет вам эффективнее выполнять многие техники ниндзя.

– Это все, что я расскажу вам о чакре на данный момент. Вы всегда можете заглянуть в библиотеку академии, если захотите узнать больше. Там есть различные книги и записи, написанные вторым и третьим Хокаге.

– Конечно, вы узнаете больше о чакре в процессе обучения, но пока мы сосредоточимся на основах.

Это были слова нашего нового инструктора Умино Ируки. Как я и ожидал, использование чакры началось на втором курсе академии.

Но это было уже не так важно. Меня интересует вопрос: что такое чакра?

Из аниме я знал о происхождении чакры. С самого начала у людей на этой планете чакры не было. Только животные из земель мудрецов могли использовать ее. Но они не были пригодны для создания различных ниндзюцу. Они использовали сырую энергию планеты.

Затем появились пришельцы.

Они посадили какое-то странное дерево, поглощающее энергию планеты. И после ряда событий один из отпрысков этих пришельцев стал распространять полученную энергию среди человечества.

Так чакра появилась в этом мире. Прежде чем строить собственные теории, я решил почитать, что по этому поводу говорят старейшины этой деревни.

Поэтому я отправился в общую библиотеку академии, чтобы найти больше информации о чакре. Но меня ждало разочарование.

В дневниках и книгах второго и третьего Хокаге я не нашел ни происхождения, ни основ чакры. Хотя они подробно объясняли различные виды чакры, ни один из них не объяснил ничего по моему вопросу.

Но мои поиски не были совсем уж бесплодными.

Я нашел кое-что более ценное, чем думал вначале.

"Упражнение по вращению чакры, придуманное Тобирамой Сендзю".

Это была неполная техника, созданная вторым Хокаге. Но, насколько я понял, эта техника была настолько сложной, что даже второй Хокаге не смог продолжить ее практиковать.

Упражнение состояло из трех фаз.

Первая фаза заключалась в равномерной циркуляции чакры по всем точкам тенкецу. Этот

первый шаг уже достаточно труден даже для тех, кто практикует медицинское ниндзюцу и прекрасно контролирует чакру.

Вторым шагом было усиление циркуляции чакры и увеличение скорости ее движения внутри тела.

Третьим и последним шагом, завершающим упражнение, было выполнение его в обоих направлениях спирали чакры. Делать это нужно таким образом, чтобы это напоминало вращательное движение Чакры внутри тела.

Говорить обо всем этом и делать это в реальной жизни одновременно - разница как между небом и землей.

Это упражнение увеличит количество чакр, которыми обладает человек, до невероятного уровня. Оно также окажет воздействие на тело, укрепляя его. Но это только в теории, так как второй Хокаге никогда не пробовал заниматься этим долгое время. Но за то время, что он практиковал эту технику, он почувствовал увеличение запасов чакры.

Только попробовав это упражнение, я по-настоящему понял, в чем заключалась проблема. Это упражнение требует огромного количества терпения и времени. А шиноби не хватает ни того, ни другого.

Особенно такому взрослому, как Тобирама. Не говоря уже о том, что если кто-то не способен к медитации, то для того, чтобы сосредоточиться на этом упражнении, потребуется много ментальной силы.

Количество запасов чакры, которое увеличивается при выполнении этого упражнения, экспоненциально, но на самом деле начинается с очень низкого уровня. Поэтому заметить разницу поначалу очень сложно. Наверное, поэтому об этой технике никто никогда не рассказывал.

Но у меня, как у ученика академии в мирные времена истории шиноби, было достаточно времени на себя. Терпение и ментальная концентрация тоже не были проблемой. К тому же после выполнения упражнения я понял, что могу работать в режиме многозадачности.

После того как я узнал об этом упражнении, мои последующие дни в академии прошли быстро, поскольку я старался выполнять его почти при каждом удобном случае, чтобы сосредоточиться. Где бы я ни находился - в классе, при выполнении домашних заданий или чтении книг на различные другие темы, - я практиковал это упражнение. Прошло всего 4 месяца, прежде чем я смог выполнять упражнение подсознательно, не концентрируясь на нем полностью.

В первые несколько дней выполнения упражнения я понял, что мой аппетит сильно возрос. В то время как голод усиливался, я осознавал, что запасы моей чакры немного увеличиваются. Не говоря уже о том, что мое физическое состояние также стало лучше.

После шести месяцев непрерывной практики я открыл для себя несколько новых вещей, связанных с этим упражнением. Я действительно мог подавлять свою чакру с помощью этого упражнения. Нужно было лишь проявить немного изобретательности, и это было легко. Подавление чакры заключалось в том, чтобы втянуть свою чакру внутрь точек тенкецу. А затем плавно перемещать их, не допуская утечки чакры. Практикуя это упражнение, я мог почти идеально контролировать свою Чакру внутри точек тенкецу.

Так что подавление чакры стало для меня очень простым делом.

Так что мои опасения по поводу того, что Данзо или кто-либо другой обнаружит увеличенные резервы нахина, исчезли. Они ничего не найдут, если только не воспользуются бякуганом.

Впервые за всю мою новую жизнь я был по-настоящему рад чему-то.

\*\*\*

<http://tl.rulate.ru/book/105044/3699115>