

Вопрос, который занимал Му Джина, был прост:

'А где же секретные формулы? Мантры? Стихи?'

В книгах по боевым искусствам их всегда использовали, чтобы активировать внутреннюю силу!

Там было много умных слов про инь и янь, пять стихий, восемь триграмм... А потом главный герой вдруг прозрел и становился непобедимым!

'Наверняка, есть какая-то причина...' - подумал Му Джин.

Но он ничего не знал о внутренней силе, поэтому решил просто послушно следовать инструкциям Хё Джона.

Ведь они собирались пробудить ци!

Внутренняя сила - это же фундамент всех боевых искусств! Она позволяет раскалывать горы и летать по небу!

Кто же не мечтает о такой силе?!

"Выдыхайте через рот, - продолжал Хё Джон. - Представьте, как вы избавляетесь от всей негативной энергии, которая накопилась в вашем теле. Соберите её всю и выдохните резко и мощно".

"Ха..."

Му Джин не имел ни малейшего представления о том, что он делает, но был рад хоть чему-то научиться у этих монахов.

Старшие ученики ходили между рядами и поправляли тех, кто сидел неправильно или отвлекался.

Через полчаса...

"Откройте глаза", - скомандовал Хё Джон.

Мальчишки уже немного освоились с позой лотоса и техникой дыхания.

"То, чему я вас научил, называется туна*. Это базовая техника дыхания, которая помогает почувствовать ци и накопить её в теле".

Возможно вы ещё такого не встречали, поэтому объясню.

Туна* (吐納) - это китайская дыхательная гимнастика. Дословно, туна подразумевает выдыхание мутного воздуха и вдыхание чистого.

Му Джин был разочарован. Он думал, что они уже начали осваивать внутреннюю силу, а оказалось... это всего лишь дыхательная гимнастика!

Но Хё Джон быстро объяснил ему, в чём дело:

"Чтобы управлять внутренней силой, нужно сначала научиться чувствовать ци. Поэтому теперь вы должны каждый день практиковать туна, пока не сможете почувствовать течение ци".

Чтобы изучить секреты внутренней силы, нужно было сначала освоить туна.

А потом... нужно было научиться направлять ци по особым каналам – меридианам.

"Сейчас старшие ученики раздадут вам книги с изображением меридианов человеческого тела", – объявил Хё Джон.

Мальчишкам раздали тонкие брошюры.

"Вам не нужно запоминать все точки, но основные вы должны знать. Некоторые из них используются для управления внутренней силой, другие – для поражения противника".

Хё Джон показал на одного из старших учеников и начал перечислять названия меридианов.

'Ого... Меридианы...' – с интересом подумал Му Джин.

Он часто читал о них в книгах.

Му Джин старался запомнить как можно больше, сверяясь с книгой.

Ещё полчаса спустя...

"Теперь, когда вы знаете основные меридианы и умеете выполнять туна... вы готовы изучить первую технику внутренней силы Шаолиня – "Сердце Будды"! – торжественно произнёс Хё Джон.

"Да!!!" – хором ответили мальчишки.

'Я выучу всё ещё до вечера!' – решил Му Джин.

Он уже не мог дождаться, когда начнёт осваивать внутреннюю силу!

* * *

Вечер.

Му Джин бодрым шагом направился в келью.

Он собирался весь свободный вечер посвятить изучению меридианов и практике туна.

Но, проходя мимо тренировочной площадки Зала Нахань, он заметил Фа Цзяна.

"Наставник Фа Цзян! Что вы здесь делаете?!"

"Ха-ха-ха! Твои упражнения помогли! Колени больше не болят! Вот я и решил потренироваться ещё немного", – ответил Фа Цзян.

Му Джин тяжело вздохнул.

"Я же вам говорил, что вам нужен покой! Утренней тренировки вполне достаточно!"

Он был в отчаянии. Его "клиент" упорно калечил себя!

Если бы Фа Цзян хотел участвовать в соревнованиях по бодибилдингу, то это было бы ещё полбеда... Но он же был больным!

"Ха! Сталь закаляется в огне! И человеческое тело – тоже! Посмотри на эти мышцы! Восемнадцать лет упорных тренировок!" – Фа Цзян гордо задрал рукав, демонстрируя свой бицепс.

Му Джин едва сдержал смех. Для него это было просто жалкое зрелище.

Эти хилые мышцы... Результат многолетних издевательств над собой! Они и рядом не стояли с мышцами Чхве Кан Хёка!

"Сталь, конечно, закаляется в огне... Но если переборщить, она просто сломается! И с телом – то же самое, наставник", – сказал Му Джин.

Он снова вздохнул, прервал тренировку Фа Цзяна и начал массировать ему колено.

Фа Цзян был смущён. За восемнадцать лет в Шаолине ему впервые кто-то сказал прекратить тренировку!

"Сейчас будет немного больно", – предупредил Му Джин.

Он решил не церемониться с Фа Цзяном. Тот слишком запустил свои колени!

"..."

Фа Цзян, как истинный воин, терпеливо сносил боль, не издав ни единого звука.

"Если больно – говорите. Я не обижусь", – сказал Му Джин.

Но он и так всё чувствовал. Его пальцы ясно давали ему понять, насколько серьёзна травма.

"Ну кто же так себя мучает?.. Вы же себе всё здоровье испортили! Кто вам теперь поможет? Берегите себя, наставник Фа Цзян", – с искренним сочувствием произнёс Му Джин.

Глядя на травмированное колено Фа Цзяна, он вспомнил свои молодые годы. Службу в спецназе.

Как он рвался в бой несмотря на травму... И как в итоге разрушил своё здоровье.

Он не продлил контракт, его комиссовали...

Может быть, всё дело было в том, что Фа Цзян напоминал ему его самого в молодости? Такой же упрямый и бесстрашный...

Фа Цзян молча смотрел на Му Джина, а потом уверенно произнёс:

"Му Джин, я не знаю, что тебе пришлось пережить... Но поверь мне, Шаолинь никогда не бросит своего ученика из-за травмы! Шаолинь никогда не бросает своих!"

"..."

Му Джин посмотрел ему в глаза и не по-детски усмехнулся.

"Что ж, надеюсь, это правда..."

Время покажет, прав был Фа Цзян или нет. Му Джин не видел смысла спорить.

Фа Цзян принял его улыбку за знак согласия.

"Ха-ха-ха-ха! Вот и отлично! Тогда завтра ты будешь тренироваться вмес... А-а-а!!!"

Он не успел договорить, как Му Джин резко нажал на больную точку.

За восемнадцать лет в Шаолине Фа Цзян впервые застонал от боли.

* * *

"Ну вот и всё", – сказал Му Джин, закончив с массажем.

"Пришлось... потерпеть... Ха..." – пробормотал Фа Цзян, обливаясь холодным потом.

Он понял, что немного перегнул палку...

"Кхм... Прости, что отнял у тебя столько времени. Ты куда-то собирался?" – спросил он, меняя тему.

"Да, я хотел вернуться в келью и попрактиковать туна", – ответил Му Джин.

"Туна?"

"Да. Мне сказали, что нужно научиться чувствовать ци, чтобы изучить "Сердце Будды".

Фа Цзян удивился:

"Но ты же из семьи целителей! Наверняка, ты уже знаком с ци?.."

'Любой ребёнок, выросший в семье, связанной с боевыми искусствами, должен знать, что такое ци! А Му Джин... Он же практически вырос среди воинов!'

"Нет, у меня не было возможности её изучить", – солгал Му Джин, стараясь не показать смущения.

"Правда?.."

"Да".

"Хм..."

Фа Цзян не мог поверить, что Му Джин ему врёт. Он начал думать, как бы ему помочь.

Самый простой способ – передать ему ци напрямую.

Если ци будет протекать через его тело... любой, у кого есть хоть какие-то способности, сможет её почувствовать!

Но проблема была в том, что...

'Это нарушит законы Шаолиня...'

Именно поэтому Хё Джон не стал передавать им ци напрямую, а просто рассказал про туна.

Это было испытание! Только те, кто способен самостоятельно почувствовать ци, могут стать истинными учениками Шаолиня.

И Фа Цзян, как истинный хранитель закона, не мог его нарушить.

Но он нашёл другой способ.

"Кхм... А хочешь потренироваться здесь?"

"Здесь?.."

"Я как раз собирался медитировать. Кто знает... Может быть, тебе будет проще почувствовать ци, если я буду рядом?"

Конечно, он не мог передать ему ци напрямую... Но ведь энергия, которая исходит от него во время медитации, тоже может помочь!

Му Джин сразу понял, что он имеет в виду, и охотно сел в позу лотоса.

"Я готов, наставник!"

"Ха-ха-ха! Тогда приступаем! Сосредоточься!"

Фа Цзян тоже сел в позу лотоса и начал медитировать.

Он вдыхал ци из воздуха... Она циркулировала по его телу, подчиняясь законам внутренней силы Шаолиня...

Часть ци превращалась в могущественную энергию буддизма... А остальная выходила с каждым выдохом.

Но Му Джин ещё не мог её почувствовать. Он просто выполнял туна, сосредоточившись на дыхании.

И пока его тело механически вдыхало и выдыхало... он сосредоточил всё своё внимание на Фа Цзяне.

'Наставник Фа Цзян медитирует... Вокруг него должна быть ци... Я должен её почувствовать!'

Конечно, это было непросто. Он же не знал, какая она на ощупь...

'Нужно найти отличие! Должно быть что-то особенное... что-то, чего нет в других местах...'

Он пытался не просто "почувствовать" ци, а найти её, сравнивая свои ощущения.

И вот...

Через некоторое время вокруг Фа Цзяна появилось еле заметное сияние. Могущественная энергия буддизма!

'Неужели это она?..' - с волнением подумал Му Джин.

Он почувствовал её!

И тут же заметил, что в его собственном дыхании тоже есть какая-то особенная энергия...

'Хё Джон говорил, что нужно вдыхать как можно глубже... чтобы ци достигла даньтяня...'

Му Джин представил, как ци проникает в его тело через нос... и опускается в даньтянь.

Он выдыхал, стараясь удержать ци внутри...

Конечно, с первого раза ничего не получилось.

Ци ускользала от него...

Но Му Джин не сдавался. Он продолжал практиковать туна... вдыхать и выдыхать...

И вот...

Он смог удержать крошечную частичку ци!

Сотую долю процента... Не больше...

Но Му Джин был счастлив.

'Даже если в чипсах с трюфелями всего одна миллионная доля процента трюфелей... их всё равно называют "трюфельными чипсами"! Так что это успех! Однозначно!' – радовался он.

Му Джин вспомнил, как он ел эти чипсы, когда снимал свои обзоры для YouTube...

<http://tl.rulate.ru/book/109769/4099643>