

Жидкость в чане имела серо-коричневый цвет и напоминала густой суп, в который попал мусор. Она поступила на стол подогретой, но когда Розен опустил в нее кулаки, ощутил лишь тепло. — Хис. Он вскинул голову, когда лечебное средство впиталось в раны его ладоней. Кулачные удары казались ему более ноющими, чем болезненными, но после погружения в целебную жидкость боль пробудилась с новой силой. В этом мире порог для занятий боевыми искусствами был довольно низок: практически любой мог приступить к тренировкам, чтобы укрепить тело, даже если не достигал высоких уровней. Однако физические страдания, связанные с боевыми искусствами, были ценой за полученную силу. Сравнение с оттачиванием духа было не в его пользу — это дело куда легче, требующее всего лишь медитации и активизации сознания. Но у практики духовного самосовершенствования тоже были свои ограничения. Поэтому Розен не жаловался на испытания, которые ему предстояло пройти. Даже простое введение генетических улучшителей сопровождалось 48-часовым периодом негативной реакции. Боль в кулаках длилась не более десяти вздохов, и вскоре ушла, уступив место уютному ощущению тепла, доносящемуся из раны. — Юэ Нин, попроси тётю Ван приготовить кашу. — Выбери жирный рёбрышко у четырёхглазого быка и приготовь его на пару. — Ужин будет готов через полчаса. Чистая преданность тому, что Розен делал, горела в его глазах, пока он погружался в эту странную рутину, ставшую частью его быта. Собратья Юэнин с любопытством наблюдали за тренировками Розена, вспомнив, как сама училась в этих стенах. Она была ещё слишком молода, чтобы терпеть боль, и частенько слышала упрёки от отца. Розен оказался тем самым шагом вперёд, которым мечтали старшие мастера. После того, как его кулаки погрузились в целебную жидкость, они покрылись мутной пленкой, раны сразу не затянулись, но боль заметно утихла и кровотечение прекратилось. Получив небольшой опыт, он снова ударил по грубому песчаному чанку. По словам Чжан Чжэню, если удары делать трижды в день, через двадцать четыре дня можно подготовить кожу кулаков. И этого было недостаточно. Он весь был погружён в тренировку, где разные части тела требовали своих методов подготовки: руки, плечи, шея, ноги, голова и интимные зоны. Процесс затягивался на 8-12 месяцев, но при хорошей выдержке и стиме это время можно было значительно сократить. Но такая экономия обернулась бы куда большими суммами. Розен, к счастью, не испытывал проблемы с финансами, и Чжан Чжэню собирался обсудить это с ним позже. Три первых уровня в основном предназначались для оттачивания тела и были частью внешней тренировки. Когда же боевое искусство достигнет четвёртого уровня на прочность, в него можно будет внедрить внутреннюю работу с Ци и кровью. Таким образом, практик тела и духа начинал делиться на внешний и внутренний. Поэтому слова Чжан Чжэню были справедливы: боевым искусствам требовался куда более серьёзный подход, чем для духовного самосовершенствования. После нескольких раундов Розен перешёл к изучению базовых позиций. Чжан Чжэню легко перекачивался во все стороны, демонстрируя, как просто стоять на параллельных стойках. Его руки потянулись вперёд, пальцы были направлены вправо, а ноги располагались на уровне плеч. Несмотря на то, что перекладины были всего лишь в три пальца шириной, он оставался устойчив, как гора. — Это вводный Чжэнянь Чжуан. Долгосрочная практика помогает стабилизировать нижнюю часть тела и укрепить мускулы и кости. — Во время стояния необходимо использовать дыхательные техники для регулировки дыхания. — Новички должны стараться стоять неподвижно, а я поправлю твою позу сбоку. Пятнадцать минут в этой позе — и ты будешь готов. Закончив свое объяснение, он прыгнул вниз, а Розен, следуя инструкциям, поднялся на стойки. Как только он встал, осознал, что удержать равновесие — это еще тот ад. Каждый шаг вперед подразумевал исправление позы и вдох. Наконец, когда они достигли нужного времени, утреннее солнце уже осветило их лбы, а держаться в позе на протяжении запланированного времени стало для Розена настоящим испытанием. Всё новое всегда дается трудно, и именно начало — самая сложная часть обучения, требующая терпения и стойкости. Как только Чжан Чжэню крикнул об остановке, Розен с облегчением вздохнул. Протерев пот с лица и тела, он и Чжан Чжэню вернулись в зал. На столе их уже ждали три тарелки с кашей, источавшие лёгкий аромат

медикаментов, и рёбер ко все правой стороне, глубокой желтой полоской жира между ними. Это утреннее сочетание могло показаться странным, но для Розена это было настоящим угощением. Когда они сели, каждый из них налил в миску кашу и первым опрокинул её в себя. Тёплая волна удалось распространиться от живота по всему телу, особенно приятно оставаясь на ногах и кулаках. Закончив с кашей, Чжан Чжэню положил перед ним кусок рёбер.— Это мясо четырёхглазого быка. Употребление в пищу помогает укрепить Ци и кровь. При текущем прогрессе тебе хватит одного куска. Если переешь, то будешь чувствовать жар по всему телу и рискуешь получить носовое кровотечение. С улыбкой объяснял он, наблюдая, как Розен не в силах сдержать слюну. На удивление, когда Розен начал откусывать мясо, не отрываясь от него, он наконец почувствовал себя истинным подростком. Мясо было свежим и не имело неприятного запаха, только легкая солоноватая нотка. Жир был нежным, но не слишком тяжёлым, а главное — после каждого укуса она наполняла его приятным теплом. Вероятно, это и было то самое "укрепляющее" действие, о котором говорили. Закончив рёбра, Розен с недоумением заглянул на порцию перед ним.— Брат Зенин, это мясо какое-то уникальное. Похоже, что это был не эффект обычной пищи. Чжан Чжэню кивнул.— Четырёхглазый бык — довольно распространённое существо второго уровня. Но обычные воины третьего уровня с ним не справляются. Это мясо очень ценно: оно сладкое и мягкое, помогает поддерживать здоровье печени и почек, восстанавливая силы и заживляя травмы. Это как золото: шесть лянов серебра за один лян мяса.— Кстати, если высушить эту кость, она стоит четыре-пять медных монет в аптеке, — весело добавил он.— Я использовал часть тех серебряных слитков и иностранных банкнот, что ты заработал вчера, чтобы закупить мясо из Вушаньчжай. Это для подкрепления твоих сил и обеспечения стабильной основы. Всё стало яснее, почему в их блюде было так мало мяса. С увеличением количества иностранной валюты, поступающей из Америки, покупательная способность серебра неуклонно падала. Шесть лянов серебра — это достаточно, чтобы прокормить семью из трёх человек в Цзиньмэне в течение двух месяцев, а здесь — всего лишь несколько глотков мяса для Розен. Порог воинов не высок, но после оттачивания мастерства это обошлось бы недёшево. Это лишь мясо, не считая затрат на супы и лекарства. Как говорится, бедные в знаниях, но богатые в воинственных делах. — Я хочу тренироваться больше, — потянулся Розен, аппетит распахивая перед ним новые горизонты. Однако ему ответили отказом. — Асен, спешка лишь замедлит твое развитие. Боевое искусство и духовное развитие — это не что иное, как вода, истекающая сквозь камни. Вам нужны терпение, упорство и огромная стойкость, чтобы добиваться чего-либо.

<http://tl.rulate.ru/book/112754/4632159>