

Ночью, в темной хижине. Бай Е положил руки на землю и начал делать отжимания. 1, 2, 3...30, 31, 32...50, 51, 52...Дойдя до 50 повторений, его движения замедлились, и боль в мышцах стала ощущаться все сильнее, но воля помогла ему продолжить, и он механически завершил отжимания в правильной позе. На 62-м повторе Бай Е, уже не выдержав, отпустил руки и упал на землю, отдыхая и открывая панель. По сравнению с днем, на инструкционной колонке теперь было больше десятка различных методов тренировок. Описание колонки: Вы пробежали общий дистанцию 2024 метров со средним темпом 4 минуты 42 секунды на километр...Вы выполнили 89 отжиманий от пола...Вы сделали приседания на 103 повторения...Вы выполнили это один раз...Глядя на длинный список инструкций, Бай Е улыбнулся от удовлетворения. Ведь все это были плоды его упорного труда за день.— При таком темпе, суммируя все виды тренировок, моя физическая сила вырастет примерно до 1.2 уровня меньше чем за неделю. Все еще чувствую себя немного уставшим.— Ладно, постараюсь усердно тренироваться целый год, и завтра пойду в спортзал оформлять абонемент.— В течение этого года я временно отложу учебу. Если не получится, придется смириться с тем, что я обычный человек и повторю год обучения. Он снова сел с земли. Несмотря на усталость, он все же потянулся к мышцам на руках. После тренировки, если не провести правильный массаж, на следующий день боль в мышцах научит его уму-разуму. После простого массажа Бай Е взглянул на время на стене и увидел, что уже 10 вечера. После беглого умывания он лег обратно на кровать. Ощущая, что физические силы почти иссякли, он медленно закрыл глаза и вскоре заснул. Но перед тем, как заснуть, он вдруг открыл глаза, вспомнив очень важный вопрос.— Если я буду бодрствовать всю ночь, это считается умственной тренировкой? Неважно, останусь бодрствовать всю ночь и узнаю завтра по инструкциям. Очень сонный, Бай Е заставил себя открыть глаза. Под лучами лунного света он встал с кровати и начал тренироваться с измотанным телом, сумев бодрствовать еще пять часов. Наконец, в четыре часа утра следующего дня Бай Е не выдержал и потерял сознание. Перед тем, как потерять сознание, в его описательной колонке появилось новое сообщение. Описание колонки: Вы выполнили непрерывную активность общей продолжительностью 21 час, 13 минут и 12 секунд, повторили 954 раза. Ваше тело получило долгосрочный урон 3.21%, и оно может восстановиться самостоятельно, когда ваша физическая форма достигнет 1.5. Расход воли составил 96.7%, предел воли увеличен на 32%, повторено 3 раза, умственный предел может быть увеличен на 0.1. В двенадцать следующего дня Бай Е проснулся из глубокого сна. Он поднялся с земли, потянулся к своему опухшему мозгу, открыл панель свойств и был сразу же поражен статусом на описательной колонке. Такой уровень силы просто невероятен. Неудивительно, что бодрствование всю ночь называют культивированием бессмертия. Оказывается, бодрствование всю ночь действительно может сделать тебя сильнее.— Раз я смог бодрствовать 21 час вчера, то попробую 25 часов сегодня. Бай Е решил и после простого умывания открыл холодильник. Если хочешь иметь хорошее тело, то тренировки с едой — это естественно. В холодильнике было множество видов еды. Поедание этого эквивалентно прямому поглощению всех необходимых человеческому организму питательных веществ, включая белки, липиды, углеводы и витамины. Все это Бай Е купил после школы вчера. Кроме того, учитывая питательную ценность купленной еды, он также пытался заплатить больше за еду, которая имела схожее питание, но лучший вкус, чем дешевая еда. По его мнению, страдания во время тренировок — это для лучшей жизни в будущем, но если терпеть ради страданий, не ставит ли это телегу впереди лошади? Так что, если нет недостатка в деньгах и это не влияет на эффективность тренировок, он, естественно, не будет себя плохо обращаться.— Но разве поедание невкусной еды и голодание не будут лучше влиять на умственную тренировку? Ведь напряжение мышц и голодание тоже вид воспитания воли. Бай Е размышлял в уме, поглядывая на дорогую еду в руках. Глядя на вкусную еду в руках, Бай Е задумался на мгновение, а затем продолжил есть большими кусками. Он мог принять боль от регулярных тренировок, но если поедание дерьма считалось тренировкой и могло сделать его сильнее, то он предпочел бы не становиться сильнее. После нескольких минут, наполнив голодное тело, Бай Е прибрался, встал и вышел из дома. Пришло время

заняться спортивным залом.Сегодня пятница, и это время школы, но я уже заранее попросил отпуск в школе вчера. Плюс суббота и воскресенье, три дня должно быть достаточно, чтобы увеличить умственный атрибут до 0.1.Я поискал ближайший спортзал на телефоне и, просмотрев отзывы десятка залов в радиусе пяти километров, Бай Е пригласился зал под названием Mains.Причина, по которой я выбрал этот, заключается в том, что это известный бренд среди залов. Он работает локально уже семь-восемь лет и имеет хорошую репутацию вокруг. Теоретически, риск бегства должен быть не слишком большим.После проверки расстояния и обнаружения, что оно составляет всего около 1.8 километров, Бай Е без колебаний открыл свои ноги и побежал к залу с полной скоростью.На улице Бай Е продолжал ускоряться к своей цели. Затем он был немного удивлен, обнаружив, что хотя мышцы в его теле все еще болели, по сравнению с вчерашним днем, его шаг был легче, а бег легче.Шаг был очевидно более компактным, чем вчера, но только примерно на 400м его дыхание начало становиться немного беспорядочным.Хотя значение на панели не было показано, он ясно чувствовал, что его физическая форма значительно изменилась всего за один день.Описание колонки:Вы пробежали общий дистанцию 1824 метров со средним темпом 4 минуты 17 секунд на километр. Повторили 5670 раз, ваше тело получило 0.12% долгосрочного урона и может восстановиться самостоятельно, когда ваша физическая форма достигнет 1.5.Повторить 94 раза, чтобы увеличить верхний предел силы на 0.1.Повторить 42 раза, чтобы увеличить верхний предел физической формы на 0.1.Повторить 132 раза, чтобы увеличить умственный предел на 0.1.Когда Бай Е стоял перед залом и сравнивал цифры, показанные на объяснительной колонке вчера и сегодня, чувство удовлетворения от упорного труда появилось само по себе.Вчера я пробежал изнурительные два километра и должен был повторить это 365 раз, чтобы увеличить энергию на 0.1. Однако сегодня я пробежал более легкие 1.8 километра всего 132 раза, что было прямым сокращением почти на 60%.Этот постепенный, но очевидный процесс становления сильнее начал его очаровывать.

<http://tl.rulate.ru/book/114058/4322921>