

"Если это правда, то день культивации здесь равен десяти годам снаружи?"

Все были невероятно поражены.

Упражнения могут повысить культивацию?

Что за принцип тут действует?

Как такое вообще возможно?

Это как сказать, что еда, питье или даже газы могут помочь прорваться в культивации.

Пока все были в восторге и растерянности, они начали заниматься упражнениями.

Итак, эти тридцать верных последователей начали заниматься с лестницами на спине в Запретной Земле Сюаньюань.

Все они были культиваторами, сильными и мощными, и делали отжимания быстро, как будто летали.

Это зрелище было крайне впечатляющим.

Если бы люди из прошлого мира Ци Юаня увидели это, они бы точно воскликнули: "Круто!"

Конечно, если бы это видео выложили, комментарии были бы такими: "Не большая проблема," "Я тоже так могу," "У меня есть друг, который..."

Ведь комментарии всегда собирают самых разных гениев и экспертов.

"Я... прорвался!"

"Затык, который меня держал три года, прорван!"

"Отжимания сильно помогают преодолевать заторы в культивации!"

Все присутствующие были невероятно поражены, быстро делая отжимания и делаясь своими ощущениями.

Всего за полчаса трое из тридцати уже прорвались.

Двое преодолели малые этапы, а один — большой этап.

"Быстро пробуйте другие упражнения."

Естественно, эти люди не только делали отжимания, но и пробовали другие упражнения.

Подтягивания было сложно выполнять с лестницами на спине, но всё же возможно.

Подтягивания также увеличивали силу и культивацию с разными акцентами.

Некоторые выбрали подтягивания, другие делали отжимания.

"Но как делать скручивания с лестницей на спине?"

"С лестницей на спине? Не обязательно. Можно использовать ноги!"

"Поставьте лестницу вертикально, зацепите её ногами и делайте скручивания!"

Все ответственно пробовали.

Они обнаружили, что это действительно работает и также может быстро увеличить их культивацию.

Некоторые разместили лестницу горизонтально в воздухе и зацепили её ногами, чтобы делать скручивания.

В конце концов, они были культиваторами и могли легко выполнять движения, которые даже танцоры сочли бы сложными.

В поле все постоянно занимались упражнениями — отжимания, скручивания, подтягивания — с большим энтузиазмом.

Цзинь Ли посмотрела на тётушку Цинь и спросила: "Тётушка Цинь, как вы себя чувствуете?"

В этот момент лицо тётушки Цинь было румяным, её культивация стала ещё глубже.

Она продолжала заниматься: "Я чувствую... это чудо! Даже высшие императоры могут не обладать такими средствами. Твой друг действительно великий эксперт, вне всяких сомнений."

Думая о Ци Юане, выражение Цзинь Ли стало сложным, в её сердце зародилось чувство неполноценности.

Но, размышляя о своей текущей ситуации, у неё не было времени думать о чём-то другом.

"Тётушка Цинь, сколько времени вам потребуется, чтобы достичь уровня императора здесь?" — спросила Цзинь Ли.

Только достигнув уровня императора, они смогут победить в дуэли через несколько дней.

"Всего два дня, и я точно достигну уровня императора!" — уверенно сказала тётушка Цинь.

Изначально она была на поздней стадии королевского уровня.

В Запретной Земле Сюаньюань усиление культивации было как пить воду.

Прорваться на уровень императора не составит труда!

Уровень императора!

Она была чрезвычайно взволнована внутри.

Услышав это, Цзинь Ли почувствовала облегчение.

Она посмотрела на всех и, подумав о чём-то, мягко сказала: "Есть одна вещь, о которой я забыла вам сказать. В Запретной Земле Сюаньюань упражнения для усиления культивации имеют некоторые побочные эффекты."

Услышав это, радость всех немного рассеялась.

Правильно, это логично.

Если нет побочных эффектов от такого большого усиления культивации, это было бы странно.

"Мы готовы умереть за Ваше Величество!" — они прекратили упражнения и в унисон закричали, как будто готовы были умереть.

Для них такой удивительный способ усиления культивации должен был иметь ужасные побочные эффекты.

Тётушка Цинь тоже серьёзно сказала: "Умереть за Ваше Величество — для нас нет сожалений!"

Увидев это, Цзинь Ли почувствовала трогательную улыбку, но и немного развеселилась: "Побочные эффекты не настолько ужасны, это не убьёт вас всех."

Все почувствовали облегчение.

Командир императорской стражи Хуа Сянь посмотрела на Цзинь Ли и медленно спросила: "Можно узнать, какие побочные эффекты?"

"Усиление... может привести к выпадению волос."

"Выпадение волос?"

"Просто выпадение волос?"

"И всё?"

Все были ошеломлены.

Они были шокированы тем, что... и всё?

С таким огромным усилением культивации побочный эффект — всего лишь потеря волос.

Не говоря уже о выпадении волос, в Нан Цянь некоторые даже кастрировали себя, чтобы практиковать злые искусства ради силы.

По сравнению с этим, что такое выпадение волос?

Пустяк!

Женщина, которая только что прорвалась через большой этап, улыбнулась: "Когда я прорвалась, у меня выпало около десятка волос. Я не знала почему, оказывается, вот в чём причина."

Не говоря уже о потере нескольких волос, даже если бы все волосы на их теле выпали, они были бы готовы пройти через это ради прорыва на большой этап.

<http://tl.rulate.ru/book/117548/4694914>