

Глава 9: Выдающаяся память (3)

Ян Цзы Мэй без запинок, на одном дыхании, в точности выпалила весь свод правил.

Даже заранее подготовившись к такому повороту событий, Юй Цин всё равно был сильно поражён.

«Поскольку ты уже выучила свод правил, в течение двух часов практикой осознанное управление дыханием, а затем твой учитель научит тебя другой технике Дао».

«Хорошо!» - закончив изучать свод правил, Ян Цзы Мэй почувствовала, что она словно смогла слегка прикоснуться к тайным знаниям, сокрытым в этой технике, и теперь ей не терпелось начать практику.

«Практика осознанного управления дыханием со временем пройдёт через несколько этапов. Первый - поможет ци влиться в твоё тело, второй - возвратит дух к изначальному состоянию, третий - возвысит изначальный дух. Если рассматривать эту технику ещё подробнее, то можно узнать, что на самом деле она насчитывает ещё около двадцати различных стадий, начиная от улучшения мышц, очистки костей, до достижения величия, трансформации всего тела в состояние пустоты без пустоты».

Юй Цин отвёл девочку к пруду за храмом, посадил её на белый камень и более подробно объяснил ей весь свод правил и то, как с помощью этой техники Ян Цзы Мэй могла культивировать и развивать своё тело. Всё это должно было позволить её культивации пройти через преддверие и открыть пути циркуляции ци.

После объяснений сам он сел по центру территории пруда, скрестил ноги и начал медитировать, полностью игнорируя морозящий утренний холод.

Увидев, что её мастер уже приступил к медитации, Ян Цзы Мэй поспешила собрать свои беспорядочные мысли и начать дышать согласно своду правил осознанного управления дыханием.

Поначалу она чувствовала себя непривычно, но после нескольких вдохов и выдохов её дыхание успокоилось. На вдохе она ощущала лёгкий озноб, как будто она всеми порами впитывала циркулирующую в окружающей среде энергию. На выдохе возникало ощущение легкости во всём теле, будто оно очищалось от накопившейся грязи. Всё это приносило чувство прохлады и расслабленности в её даньтань (место сосредоточения ци в теле).

Она была очарована, настолько опьянена ощущением тонкой границы гармонии между человеком и окружающим его миром, что забылась и перестала обращать внимание на окружающее.

Когда Юй Цин закончил медитировать, он посмотрел на Ян Цзы Мэй. Он заметил едва заметную дымку, окружившую её тело и был несказанно потрясён. Он и представить не мог, что в этом мире ещё есть человек, способный с первой попытки дыхательной практики направить течение ци в тело и узреть гармоничность этого мира.

Гений!

Поднявшись с того места, где он медитировал, монах встал рядом с девочкой и продолжил наблюдать за её практикой.

К тому времени, как Ян Цзы Мэй пробудилась от медитации, был уже полдень, – с момента начала её практики прошло целых шесть часов!

Она была немного дезориентирована, посмотрев на солнце в центре небосвода, затем перевела взгляд на мастера, и мягко на выдохе спросила: «Как время могло пройти так быстро?»

Вслед за её вопросом послышалось громкое урчание.

Требовательный урчащий звук доносился из её живота. Ян Цзы Мэй почувствовала себя такой голодной! Ей казалось, что кожа её живота вот-вот коснётся спины.

Она нахмурила брови и, надув щеки, посмотрела на Юй Цина: «Мастер, я очень голодна».

Даосский монах наклонился к малышке, подхватил её на руки, донёс до храма, и там, усадив её за стол, накормил нехитрыми яствами.

Ян Цзы Мэй за один присест умяла три миски риса, две тарелки тофу с овощами и шесть яблок, прежде чем почувствовала, что голод отступил.

Она была напугана количеством съеденной еды и, обратив испуганный взгляд на Юй Цина, спросила: «Мастер, я думала, что культивирование посредством управления в теле потоками ци не требует еды. Как в легендах, где бессмертные, утоляют голод, буквально питаюсь воздухом, а жажду – выпивая росу, приносимую ветром».

Юй Цин слегка стукнул малышку по лбу: «Есть воздух и пить росу из ветра? Твоё мышление слишком идеалистично. Среди всех предков всего несколько достигли такого уровня, что могли утолять голод и жажду подобным образом».

«Так это правда, что они достигли бессмертия?» - возбуждённо спросила Ян Цзы Мэй.

«Нет, не бессмертия. Они просто были людьми, взобравшимися на недостижимую высоту».

«Надеюсь, я тоже смогу взобраться на такую высоту», - страстно пожелала Ян Цзы Мэй. Если ей не нужно будет питаться, значит её жизнь уже будет кардинально отличаться от той, которую она вынуждена была вести прежде, каждый день стремясь найти средства на пропитание.

<http://tl.rulate.ru/book/15104/300829>