"Стояние в позе лошади полезно для укрепления стабильности нижней части тела и усиления основной силы.

Постоянное и упорное стояние в позе лошади также является хорошим упражнением для силы воли, а я обнаружил в своей практике магических заклинаний, что сила воли и эмоции являются важными факторами, которые могут повлиять на силу магических заклинаний.

И поэтому если вы хотите усилить силу вашего магического заклинания, оттачивание вашей воли является одним из самых простых способов. "

Андуин медленно и плавно водил руками, словно завязывал поводья лошади, объясняя Чарльзу физические преимущества этой стойки.

"Это, ну..." Видя, что Андуин так настойчиво продвигает этот вид упражнений, Чарльз тоже решил попробовать, как это делал Андуин.

Андуин посмотрел на лошадиную стойку Чарльза и встал рядом, чтобы исправить его позу:

"Обрати внимание, сожми руки в кулаки и вытяни вперед, руки держи прямыми, подтяни бедра к нижней части тела, напряги анус, расслабь промежность и используй бедра для опоры. Если ты сосредоточишь все давление только на ногах, ты нанесешь большой вред своим коленям".

Андуин объяснял Чарльзу, держа над ним палку и ударяя по частям тела, указывая и постоянно поправляя осанку.

"Это хорошо, верно, а что дальше, что нужно сделать?". нервно спросил Чарльз, позируя под указующим взглядом Андуина, затем увидел, что Андуин наблюдает за ним со стороны, не говоря ни слова.

"Дальше? Просто держись, держись как можно дольше, давай сначала пять минут". Андуин

сказал с ничего не выражающим лицом.

"Держать эту стойку? Только это? Это утомительно!" Чарльз не удержался и плюнул в Андуина.

"Как ты можешь отточить свою волю, если ты не устал и все тебе кажется простым и потешным? Не волнуйся, это упражнение полезно для тебя". сказал Андуин.

Дело было не в том, что его нижняя часть тела не могла держаться, а в том, что его руки болели, и он не мог перестать трястись от усталости через некоторое время, заставляя Чарльза кричать в агонии. Он не мог сказать "нет". Терпел и мысленно проклинал сурового учителя, в которого превращался его друг.

Через некоторое время руки Чарльза уже не только болели и дрожали, но и вся нижняя часть тела болела, и ему казалось, что он в любой момент потеряет опору, но когда он увидел, что Андуин стоит перед ним в той же позе и не двигается, ему оставалось только стиснуть зубы и держаться.

Наконец, пять минут истекли, и Андуин поприветствовал Чарльза, когда тот встал, но теперь Чарльз был настолько скован и слаб, что едва мог стоять, и Андуину пришлось поддерживать его своими руками и проводить Чарльза обратно в хижину, чтобы тот отдохнул.

"Ты обычно так упражняешься? Ты вообще нормальный человек?" Чарльз сказал, задыхаясь.

"Неужели вы не можете придумать других прилагательных?" - молча вздохнул Андуин.

"Это правда, что поначалу это трудно, но не сдавайся, и ты увидишь преимущества этой тренировки для себя. М это только начало. Начиная с завтрашнего дня, каждый день стойка будет продлеваться на одну минуту, пока не сможет длиться тридцать минут.

Далее будут упражнения на применение силы магии наряду со стойкой, и после этого будет новый цикл уроков. Первая помощь при травмах, спарринг тренировки и так далее, давай сделаем твое развитие грамотным, шаг за шагом. " сказал Андуин.

Он знал, что в прошлой жизни его наставник однажды сказал ему:

"Хорошая сталь зависит от молота, хорошие солдаты зависят от тяжелой работы", и сейчас Андуин тоже следовал этому принципу.

Услышав слова Андуина, Чарльз чуть не потерял сознание - сейчас было так тяжело, что он не мог представить, насколько ужасными будут тренировки потом.

Оставив Чарльза там отдыхать, Андуин отправился в соседнюю комнату готовить ужин, а затем вернулся в замок, к входу в гостинцу Гриффиндора с взволнованным и полуживым Чарльзом на руках.

В течение следующих нескольких дней Андуин продолжал следить за прогрессом в обучении Чарльза и одновременно собирал данные о его магической чувствительности. Заклинания, которые Чарльз не мог выучить раньше, теперь было легче освоить.

Обучение заклинаниям с профессором Боунсом также не прерывалось. В последнее время профессор Боунс помогал Андуину завершить исследование по заклинанию эха, и в то же время он научил его многим прикладным заклинаниям изготовителя артефактов.

Андуин чувствовал, что за последнее время он многое приобрел.

Спустя еще неделю или около того Андуин наконец получил от Чарльза известие, что сестра Гленда Читток вернулась в Хогвартс и попросила заклинание "Заклинание изгнания ветра и волн" по просьбе Чарльза, при условии, что Андуин даст ей колоду плиток для маджонга. Эта школьница также была членом клуба маджонга.

Он еще не знал, что маленькая игра, в которую он по неосторожности втянул своих друзей, приобрела верных поклонников среди многочисленных студентов колледжа.

Он нашел большой бассейн, наполнил его водой с помощью заклинания "Акваменти", бросил в него камень, чтобы раздался всплеск, а затем произнес заклинание "Изгнание ветра и волн". Эффект был совершенно очевиден: волны в бассейне мгновенно стихли после того, как он применил чары.

Затем Андуин начал испытывать звуковые волны, надев монокль и произнеся заклинание эха, а затем "заклинание изгнания ветра и волн" в пустоту.

"Ну, это почти то, что я и предполагал, оно действительно имеет эффект изгнания звуковых волн, но сила немного меньше, чем нужно, похоже, надо сначала изучить руну этого заклинания "укрощения бурь", потом модификация и оптимизация этого готового заклинания должны сэкономить много времени". Андуин пришел к собственному выводу после наблюдения через монокль на изменения в природе звуковых волн.

Потратив почти два дня, и с помощью профессора Боунса, который уже был мастером рунической расшифровки, руны заклинания Изгнания Ветра и Волн постепенно появились перед Андуином.

"Я вижу, эта руна не только имеет магический текст "изгнать", но также имеет магический текст "устранить" и "стабилизировать", так что она действительно может максимизировать

давление на звуковые волны.

Если я добавлю к этой комбинации магический текст для идентификации звуковых волн, я смогу точно устранить их действие на себя".

Андуин увлеченно анализировал только что расшифрованное заклинание, и у него в голове возник базовый план оптимизации атакующего заклинания инфразвука.

http://tl.rulate.ru/book/81764/2560553