

Мастер-класс по врачеванию: осознай свою энергию

Ян Лю

Как известно, работа - не волк, и вообще ничто не волк, кроме волка. Ян снова оказался должным что-то провести, чтобы подтвердить статус старшего мастера, и, не мудрствуя лукаво, выбрал для этого свою главную специализацию в монастыре - врачевание. В изучении этой способности была одна большая проблема: теория без практики неэффективна, практика неучей опасна для пациентов. И эту дилемму Лю решил по-своему.

Он ждал учеников не в лазарете, а в восточном зале чайного дома, сидя за низким столиком на подушках. Мастер Айро заранее расставил чайники с горячим и крепким пуэром, пряно-прелый запах которого сейчас заполнял все пространство небольшого домика. Рядом стояли чайники с травяным мятным чаем и достаточное количество глиняных пиал для всех желающих.

Было теплое, но пока не жаркое летнее утро. Солнце пока лишь копило свою злобу, чтобы днем снова превратить этот дивный край в раскаленную сковородку, и отсутствие на небе облаков подсказывало, что зноя не избежать. Ученикам нужно было собраться к девяти утра. Когда пришли все желающие, Ян начал занятие.

- Доброе утро, - он встал со своего места и стал прохаживаться вдоль столов, чтобы все могли его видеть и слышать. - Сегодня вы будете работать над ощущением собственной энергии. Для врачевателя это крайне важно, потому что во время работы с пациентом необходимо понимать, берете ли вы на себя ша-ци, хватает ли вам сил и кого из вас придется откачивать в итоге. Поэтому занятие у нас строится таким образом. Сейчас вы садитесь в позу лотоса. Кому в ней неудобно, садитесь удобно. Закрываете глаза и просто, глубоко дыша, стараетесь как можно подробнее понять, как в вашем теле течет энергия. Много её или мало, может, какие-то чакры ослаблены, может, где-то что-то болит и там копится ша-ци. Для совсем новичков напомню, что энергия течет снизу вверх по центральному каналу, который называется Сушумна-нади. Он начинается в том месте, которым вы касаетесь земли, когда сидите в позе лотоса, примерно в районе копчика. Там находится первая чакра - Муладхара, она красная. Вторая чакра, Сватхистхана, находится на два пальца ниже пупка, если смотреть спереди, или в области крестца, если сзади. Третья, Манипура - область солнечного сплетения, она желтая. Зеленая Анахата расположена на середине грудины, это - чакра сердца. Пятая чакра - Вишуддха - голубого цвета и находится на шее в области щитовидной железы. Аджна, синяя, между бровей, а фиолетовая Сахасрара венчает центральный канал и находится на макушке головы. Когда вы это все почувствуете или хотя бы представите, выпейте чашку пуэра, который любезно заварил нам мастер Айро. Потом снова осознайте, что стало происходить с вашей энергией.

Крепкий пуэр сильно тонизировал. От него учащался пульс и повышалось давление, иногда можно было даже почувствовать тошноту. Он переполнял энергией и отгонял сон, действуя сильнее, чем крепкий кофе.

- Когда разберетесь с пуэром, выпейте мятный чай и снова проследите, как себя поведет ваша энергия, - сказал Ян.

Мятный чай нес уравнивающую зеленую энергию Анахаты, которая восстанавливала баланс и должна была уменьшить тонизирующее воздействие черного чая.

- А после этого выйдите из чайного дома, сбегайте вдоль ручья до жилых корпусов и обратно, а потом вернитесь сюда и в третий раз посмотрите за течением своей энергии. Когда решите, что поняли достаточно, можете быть свободны.

Мастер-класс продлится до 16.11. Приглашаются все желающие с уровнем владения врачеванием не выше послушника, в том числе те, у кого данной способности пока нет. Игровое время - лето, 9 часов утра.

Ирина Рейн

Ирина твёрдо стояла на том, что худо-бедно живые и рабочие навыки врачевания проросли в ней как-то сами. Рейн всего толкового в своей жизни только и сделала, что сходила на один мастер-класс, там было невозможно так сильно нахвататься знаний. И тем не менее, где-то их рыжая со всей очевидностью наловила, раз теперь они начинали помаленьку переть обратно и работать на хозяйку. Не таким бодрым гейзером, конечно, как мечталось бы, скорее уж дохлым ленивым ручейком - но всё же, блин! Запускать такую возможность, раз она вдруг сама проклюнулась, было бы просто глупо. Ирина в своей жизни ещё ни разу ничего не запустила - и огонь-то более-менее освоила, и даже чертову воду кое-как причесала и привела в чувство. Почему вдруг после этого надо сломаться на врачевании? да нипочему. Осилить надо, вот вам и весь сказ.

Едва успев начать слушать задание, Ирина немедленно заподозрила, что щас у неё всё будет плохо. Потому что задание предполагало, что надо внимательно слушать, чувствовать и вообще внимать - пусть даже самой себе, сильной разницы нет. Ирина по натуре своей была ближе к кувалде, которой можно от души шарахнуть и стенку сломать, особо даже не думая. Тут же требовалось быть кем-то чутким, типа арфы или кто там ещё на все подряд исправно реагирует. Поэтому, в принципе, понятно ещё перед стартовой линией: проблемы будут. Чуть более чем до хрена проблем.

Начала Ирина с того, что послушно заплела ноги в позу лотоса - хотя, откровенно говоря, это была для посиделок не самая удобная поза, рыжей бы в идеале ноги вытянуть во все стороны или ещё как вольготно раскинуться, но что ж она, коряга негнущаяся, что ли, позу лотоса не одолеет? Потом Рейн попыталась вдумчиво охватить мозгом все семь предложенных ей для осознания и запоминания чакр. Уж столько времени в монастыре тусуется, пора, наверное, наконец их запомнить как следует. Рыжая пока что по долгу службы знала Манипуру, кое-как общалась со Сватхистханой и отчасти представляла себе, где и зачем торчит Анахата. На этом знания скоропостижно заканчивались, а на Ирину как с куста падали четыре новые чакры, с которыми надо было как-то разбираться.

Ладно, поехали, что ли.

В первую чакру, красную Муладхару, Ирина успела качественно вцепиться мозгом и не забыть немедленно, поэтому сразу мысленно "зажгла" её в основании

позвоночника. Дальше был кратковременный триумф - там шёл набор из Сватхистханы, Манипуры и Анахаты, которые уже успели закрепиться в голове и на языке, поэтому трудностей не вызвали, а потом Рейн принялась страдать, изгаляться и выкручиваться. За названия новых чакр девица даже не цеплялась, это дело было дохлое, бесполезное. Ирина ухватила за цвета и местоположение, решив, что со знакомыми словами должно быть явно проще разобраться. Это решение принесло свои плоды, и довольно скоро Ирина мысленно разместила голубую чакру в горле, синюю во лбу и фиолетовую на макушке. Мысленно оценила получившуюся картину и слегка поправила чакры так, чтобы они были примерно на одной линии, а не разъезжались зигзагами в разные стороны. Через них же всё-таки что-то течь должно, и оно явно делало это не по кривой. И только тогда Ирина позволила себе полностью сосредоточиться на этой условно нарисованной системе чакр в поисках энергии, которая должна была там шуровать.

Довольно скоро Рейн неожиданно для самой себя смутно ощутила, что да, что-то такое там и правда есть. Едва уловимо шебуршится по всей длине от копчика до макушки и чуть активнее возится там, где предполагались чакры. Засчитав это себе за первый внятный результат, Ирина потянулась к чашке с пуэром. Выпила её неторопливо, мелкими глотками, чтобы энергия успела понять, каким там допингом на неё пытаются повлиять, перебарывая желание на последних глотках отказаться от чашки и не допивать или выплюнуть то, что уже успела набрать в рот, и снова чинно вытянулась в позе лотоса, прислушиваясь к себе.

Энергия, в отличие от самой Ирины, пуэр явно оценила и завозилась внутри активнее, всячески выражая знаками своё восхищение. Рыжая поспешно ухватила за чашку с чаем в смутной надежде что, если им как следует угаситься, то он произведет прямо противоположный эффект. К приятному удивлению рыжей, так и вышло - мятный чай и на вкус был приятнее, и явно успокаивал движение энергии, под воздействием пуэра уже почти переросшее в неприятный зуд. После этого оставалось только проверить воздействие на организм живительной пробежки.

Ирина, в принципе, и так примерно догадывалась, что от физической пробежки у неё должна разогнаться кровь и всё остальное тоже, но тем не менее, честно метнулась со всей доступной ей скоростью до жилых корпусов и обратно. Вернулась в чайный домик, уселась, уже наплевав на позу лотоса и просто вытянув ноги, и опять прислушалась к себе. Внутри всё радостно бурлило и колотилось, расслышать за своим собственным тяжёлым дыханием, как там течёт энергия, получалось плохо. Поэтому Ирина предположила: да пусть по умолчанию тоже бурлит и колотится. Ну звучит же логично.

Юншэн Лю

Юншэн стал намного чаще посещать занятия, как будто взялся за ум. Он менялся. У него появилась цель добиться хоть чего-нибудь, и причина для этого была проста и не оригинальна для юноши его возраста: он влюбился. В девушку, которой, как он считал, он мог быть не достоин. Потому что она была красивая, умная и в основном жила в Пекине, и заинтересовать её рассказами о том, как он целыми днями бегал от дежурств и тренировок, он вряд ли бы смог. И Юншэн, не рассказывая никому о своей истинной мотивации, стал появляться на занятиях. Как сегодня на мастер-классе у отца.

Лю-младший сел в позу лотоса и настроился на работу с энергией. Он по очереди вспомнил, а затем почувствовал, где находится каждая из чакр, и как по Сушумна-

нади поднималась энергия от Муладхары к Сахасраре. Энергия двух нижних чакр чувствовалась особенно хорошо, поэтому после чашки пуэра Юншэн четко ощутил, как тело наполнялось жаром. Сердце билось чаще и как будто тяжелее, кожа покраснела, наверняка поднялось давление. Сейчас эта энергия казалась ему неприятной, потому что и так было жарко, и так кровь кипела в жилах, и так не хотелось спать. От крепкого черного чая красная ци как будто добавилась к крови, растекаясь по всему организму жаром.

Травяной чай оказался намного приятнее. Его энергия копилась в области Анахаты, помогая дышать глубже и ровнее. И красной тяжести в ауре стало поменьше, начала лучше чувствоваться голубая Вишуддха, уравнивавшая энергию основной чакры. Ци легче поднималась вверх по Сушумна-нади, не застревая внизу тяжелым комом. Сердце билось медленнее и спокойнее, и даже мысли немного прояснились. Впрочем, мысли все равно возвращались к Янлин, потому что в сердце Юншэна она заняла весьма заметное место. Просто думал он теперь не о том, как вновь хотелось её увидеть и обнять, а о том, какая она необыкновенная. Как она улыбалась, как говорила, как ветер играл с её длинными волосами, какой белой казалась её кожа, когда они были на свидании у дуба поздним вечером. Юншэн понял, что отвлекся, и пора было переходить к следующей части задания.

Он вышел из чайного дома и побежал в стороны жилых корпусов. Расстояние было не очень большим, поэтому он лишь следил за дыханием, но бежал довольно быстро. Пробежав весь путь туда и обратно, Юншэн вернулся на свое место за столиком и сел на подушке в позу лотоса. Он немного взмок, потому что на улице было уже жарко. В мышцах растекалась красная энергия, но не такая, как от пуэра, а какая-то более мягкая и приятная. На этот раз энергия не заставляла тело проснуться, а рождалась в самом теле в ответ на движение. И Юншэн понял, что после физических упражнений ему, наоборот, проще сосредоточиться на том, как ци поднималась по Сушумна-нади, и даже мысли немного пришли в порядок. Удавалось думать о занятии, а не только о Янлин.

Юншэн выровнял дыхание и еще немного посидел в позе лотоса, позволяя энергии прийти в норму. Ему понравилось, как он справился с заданием. Он знал лишь самые основы врачевания, в отличие от его отца, который был одним из самых опытных лекарей Линь Ян Шо, и сейчас Лю-младший думал, что стоило бы уделить учебе больше внимания, ведь это могло быть интересно.

Дин Ху

Дину было интересно сходить на мастер-класс по врачеванию, потому что он мало знал об этой способности. Он пришел в чайную немного заранее, вежливо поклонился сифу Лю и сел, дожидаясь задания. Услышав, что нужно сделать, Дин задумался, вспоминая все то, что прежде знал о чакрах и Сушумна-нади. Свою энергию было даже сложнее почувствовать, чем разглядеть свечение чужой ауры. Он сел в позу лотоса, закрыл глаза и выровнял дыхание.

Энергия начинала копиться в красной чакре - Муладхаре, и сейчас её было вполне достаточно, несмотря на то, что Дин рано встал и не очень выспался. Это отец мог просыпаться затемно как ни в чем не бывало, Дин скорее понимал мать, любившую спать подольше. Энергия Муладхары была ярко-красной, горячей и тяжелой.

Поднимаясь выше, она окрашиваясь в оранжевый цвет вечернего Солнца и сворачивалась в вихрь следующей чакры - Сваттхистханы. Эта энергия была мягче, но тоже теплой. Она была связана с магией Воды, чуждой Дину, но в то же время она помогала думать о чем-то новом и улучшала настроение. А вот следующая чакра - Манипура - была роднее некуда. Желтая энергия стихии Огня, ведущей для Дина. Чакра любви к себе, высокой самооценки, которой юному тигру было не занимать. Вихрь быстро становился ярче, потому что Дин умел работать с энергией Манипуры. Следующей была спокойная зеленая Анахата, одна мысль о которой заставляла расправить плечи и дышать ровнее и глубже. Она уравнивала, успокаивала, приводила в порядок мысли и эмоции. Вишуддха Дина уже начинала усыплять. Эта энергия была прохладной, нежной и легкой. Она легким вихрем щекотала горло, а затем поднималась выше, наполняя веки тяжестью синей энергии Аджны. Чакра сна, ментальной магии и прорицаний. С ней было сложно работать, от неё будто проваливаешься в ночное звездное небо и пытаешься что-то там увидеть и понять. Даже Сахасрара казалась Дину проще и легче. Фиолетовое свечение коронной чакры заставляло чувствовать себя частью какого-то важного высшего замысла.

Осознав энергию каждой из чакр, Дин выпил чашку пуэра, подождал пару минут и снова сосредоточился на энергии. Нижние чакры засветились ярче, особенно Муладхара. Дыхание и пульс стали чаще, во всем теле возникло ощущение приятного тепла. Пуэр тонизировал, это Дин знал и до эксперимента, но сейчас он чувствовал, как ради усиления нижних чакр ослабевали верхние, и ему было бы сложнее над чем-то думать, если бы он боролся с сонливостью с помощью крепкого черного чая.

Травяной чай с мятой, наоборот, успокаивал и возвращал энергию к тому состоянию, в котором она была в начале занятия. Только Анахата светила еще ровнее и ярче, протекая по рукам и спине и заливая всю ауру ровным зеленым светом, окрашенным в цвет молодой зеленой листвы. Дину понравилось это ощущение. Он отличался довольно сложным характером и вспыльчивым нравом, и сейчас понял, что нашел способ это как-то компенсировать.

Третьим опытом была пробежка. На улице уже становилось жарко, но Дин быстро сбегал до жилых корпусов и вернулся, лишь немного запыхавшись. После бега энергия Сушумна-нади снова больше собралась в нижней части, в основном в области Муладхары, и эта красная ци мышечного напряжения уже расходилась по всему телу в мышцы. Когда она добиралась до легких, она сбивала дыхание. Но стоило немного посидеть на месте и это дыхание выровнять, как ци снова стала слушаться.

Дин решил, что справился с заданием мастера Лю. У него возникли другие идеи, в какие моменты стоило проследить за собственной энергией, но это он решил оставить на потом. Например, что происходит перед сном, или после бессонной ночи, или после купания в горячей или холодной воде.

Сонгцэн Кэйлаш Садхир

Сонгцэн слышал о том, что врачеватели монастыря были намного опытнее тех, что работали в кланах. Он хотел учиться у них, но редко выпадала такая возможность,

поэтому на мастер-класс к сифу Лю он собрался, не раздумывая. О мастере Лю много рассказывали как об очень опытном лекаре, и даже мама как-то сказала, что он лучше знает многие вещи, чем она.

В чайной было уютно и пахло хорошим пуэром. Сонгцэн разбирался в чае, потому что в его семье традиции чаепития хранились особенно трепетно. Внимательнее, чем за чайной посудой, родители следили разве что за своими мечами, которые в последнее время все чаще стояли на подставке, что не могло не радовать Сонгцэна.

Сифу Лю объяснял основы о каждой из чакр. Принц кобр внимательно выслушал все, что говорил мастер, и сел в позу лотоса, чтобы настроиться на работу. Он закрыл глаза, расслабил спину и плечи, попытался отпустить все сторонние мысли и сосредоточился на дыхании, представляя, что воздух, которым он дышал, окрашивался в цвет той чакры, с которой он работал.

Первой была красная Муладхара, чакра стихии Земли. Она питала энергией Сушумна-нади, подобно тому, как корни питают дерево. Дышать этой энергией было сложно, она казалась для этого слишком тяжелой и густой. От неё становилось жарко, но она нравилась Сонгцэну. Она давала чувство уверенности, твердой опоры под ногами. Именно с неё начинался весь центральный канал, и именно она должна была подниматься вверх, трансформируясь в энергию других чакр.

Оранжевая энергия была мягче и легче. Она была похожа на одежды монахов. она согревала, наполняла сердце ощущением радости, позволяла воспринимать все не так серьезно. От неё хотелось танцевать и двигаться. Ей можно было дышать, но от этого типа дыхания у Сонгцэна немного кружилась голова.

Желтая энергия была яркой и понятной, в ней растворялись страхи и тревоги, она наполняла уверенностью в себе и освещала путь. Манипура напоминала маленькое Солнце, разгоравшееся в районе желудка. От дыхания она разгоралась сильнее - Сонгцэн изучал магию Огня, и энергия его тела отзывалась на это.

Зеленое дыхание было глубоким и ровным, энергия пахла травами и хвоей, унося мысли на далекие горные луга, где находишься между землей и небом наедине с самим собой. С ней было проще всего обрести гармонию. Эта энергия была приятной, ровной и легкой. Сонгцэн помнил, что в ней находился ключ к врачеванию: именно энергия Анахаты окрашивалась в нужный цвет перед тем, как направлялась к тому, кого лечил врачеватель.

Энергией голубого цвета было легко дышать, она была похожа на облака или крылья, она помогала перебороть страхи, хотя Сонгцэну было немного сложно с ней работать. Он не владел магией Воздуха и сильно сомневался, что будет её учить, потому что в обоих кланах куда больше внимания уделялось магии Земли.

Синяя ци усыпляла, помогала сосредоточиться и настроиться на телекинез или ментальную магию. Она была интересной, хоть и сложной, но Сонгцэн не стал концентрироваться на ней надолго, чтобы не чувствовать сонливость.

Седьмая чакра - Сахасрара - светилась фиолетовым цветом аметистов. В отличие от Вишуддхи и Аджны, она была довольно теплой. В её энергии было легко

раствориться, чтобы понять нечто большее, чем видно взглядом.

Сонгцэн сделал несколько вдохов и выдохов, уже не концентрируясь на цветах, и после этого выпил чашку пуэра. Это был хороший и выдержанный черный чай, заваренный достаточно крепко. От него участился пульс, а кровь прилила к голове, как будто ци Муладхары пошла вверх, не меняя цвет. Энергии стало как будто больше, но она сложнее поддавалась контролю. Если бы Сонгцэн и мог в таком состоянии справиться с известной ему Манипурой, на работу с Аджной или Анахатой ему потребовалось бы очень много времени, но он мог бы без труда тренироваться или выполнять какую-то не сложную работу, например, наводить порядок, мыть посуду или помогать в готовке в столовой монастыря.

Чай с мятой питал Анахату. Он помог справиться с возникшим дисбалансом и вернуть пульс и дыхание в изначальное состояние. Он не отнимал и не прибавлял энергию, но помогал намного лучше её осознать, и этим действие травяного чая показалось Сонгцэну противоположным действию пуэра.

Третьим испытанием была пробежка, после которой энергия больше концентрировалась в ногах и спине, а не в Сушумна-нади. Теперь Сонгцэн больше чувствовал не центральный энергетический канал и семь чакр, а всю свою ауру, наполненную энергией от разогнавшейся во время пробежки крови. Это ощущение тоже было интересным, и он постарался его запомнить.

Мастер-класс оказался очень интересным, интереснее, чем ожидал принц Кобр. Он никогда так внимательно не следил за собственной аурой, даже когда работал со стихийной магией. Теперь он понял намного больше о том, что влияло на течение ци в его теле, как повысить уровень энергии, а как, наоборот, её уравновесить.

Ян Лю

Учеников было мало, но Яна это не огорчило. Ему было достаточно, что Шэн поставит у себя в голове жирную галочку напротив еще одного проведенного им мастер-класса и на какое-то время отвалит с миром. Но он был рад, что на занятие явился Юншэн, которому не мешало учиться хоть чему-нибудь, а не только отлынивать от занятий и дежурств. Все-таки Ян при всей его лени с обязанностями старшего мастера как-то справлялся, и даже в лазарете регулярно дежурил. А Юншэн пока считал, что можно ничего не делать, как папа.

Когда ученики закончили экспериментировать с собственной энергией, Ян встал со своего места.

- На этом все, можете быть свободны. Поработайте еще самостоятельно: посмотрите за своей аурой утром и вечером, до и после обеда, до и после тренировки. Учитесь осознавать свою энергию, и тогда вы быстрее будете понимать, что происходит в ауре ваших пациентов.

Он коротко поклонился и вышел из чайного дома. Яну на ум приходили разные варианты того, как его совет насчет самостоятельной работы ученики могли понять неправильно, но он решил, что инстинкт самосохранения они должны были культивировать в себе самостоятельно.

Мастер-класс завершен.
