

Мастер-класс по стрельбе из лука: беги, Форрест, беги

Джун Мотидзуки

После того, как Джун начал замечать, что перебарщивает с "игрой" в могущественного шамана, решил постараться силой вернуть себя в реальный мир и не нашел ничего лучше, чем потратить какое-то безумное количество времени на стрельбу из лука. В итоге, головные боли у него так и не прошли, и плюс к ним он потерял еще пару килограммов, а взамен обзавелся здоровенными синяками под глазами и щетиной над верхней губой и на подбородке. Но его рвение не осталось незамеченным, и старания решили перевести в мирное русло, отрядив на проведение мастер-класса по стрельбе из лука, не сомневаясь в его согласии. И, естественно, Джун не стал отказываться, подойдя на тренировочную площадку за час до назначенного времени, чтобы все подготовить.

Для занятия ему было нужно несколько стандартных мишеней, диаметром тридцать сантиметров, на которые он прикрепил скачала синие круги, диаметром двадцать сантиметров, а сверху еще и красные - диаметром десять. Также он притащил поближе к стрельбищу скамейку, на которую он положил луки для учеников и приличный запас стрел и, прочертив линию на расстоянии пятнадцати метров от мишеней, принялся ждать первых участников мастер-класса.

- Доброе утро, - поприветствовал он пришедших. - Сегодня я предлагаю вам следующее задание. Для начала вам нужно просто попасть в одну из мишеней. - Поскольку на занятие могли подойти люди, имеющие смутное представление о стрельбе из лука, Джун для начала продемонстрировал правильную стойку и сделал несколько пробных выстрелов, чтобы новички могли повторить за ним. - А вот после начинается самое интересное. Вы пробегаете круг по тренировочной площадке, - он показал маршрут, по которому ученикам придется бежать, - а после этого снова поражаете ту же мишень. Дальше пробегаете еще один круг и, добравшись до стрельбища, стреляете в синие круги на мишенях, потом еще круг - и поражаете уже красные. Каждый может использовать десять стрел. Если все стрелы закончатся, а красная мишень так и не будет поражена, вы можете взять новые десять стрел, но, при этом, весь марафон начинается заново. На выполнение задания у вас полчаса, если, конечно, не закончите раньше, попав по всем мишеням. И да будут крепки ваши ноги.

Джун прекрасно понимал, что даже опытные лучники сталкивались с серьезными трудностями, если им приходилось стрелять после физических нагрузок, поэтому подобное упражнение, накануне проверенное на себе, посчитал весьма полезным. Ну а новичкам, совершенно не готовым к подобным подвигам, никто не мешал сделать несколько серий по десять выстрелов по первоначальным мишеням, пользуясь разрешением все начинать заново неограниченное количество раз.

Игровое время - лето, 9 часов утра. Приглашаются все желающие. Мастер-класс продлится до 25.02.

Яшви Садхир

Система мастер-классов была для Яшви незнакомой, но что можно взять с нее, которая с обучением познакомилась только на семнадцатом году своей жизни, и начала с того, что училась читать деванагари и играть в го с почтенным старцем? К слову, о последнем она все чаще сожалела, потому что ей нравились эти часы, проведенные с мастером Раджем, который не только учил ее играть, но и рассказывал очень много интересного. За пару недель в клане, когда она почти каждый день приходила к старцу в его покои, чтобы сыграть партию или две, она узнала намного больше, чем за всю свою жизнь. И обещала ему, что будет продолжать учиться всему, что ее заинтересует. Сейчас ее заинтересовал лук и стрельба из него. Яшви не думала, что ей когда-нибудь в жизни пригодится это умение, но это позволяло ей отвлечься от мыслей, которые непрестанно лезли ей в голову, и не все из них были приятными.

К тому же занятие необычного формата должен был проводить уже знакомый ей Джун с невыговариваемой для Яшви фамилией, чуть ли не единственный, кого Яшви знала в монастыре помимо Садхира-джи и наставницы. Хотя почему чуть ли не - как раз единственный. То, что на этой тренировке по стрельбе будет хотя бы одно знакомое лицо, ее несколько успокаивало, но, когда она пришла на тренировочную площадку, это лицо она с трудом узнала, так сильно оно изменилось. Ей даже показалось, что он нездоров, но, оставив все свои мысли при себе, девушка выслушала задание и немного пожалела, что решила сегодня выйти из дома. Если задание просто стрелять не казалось ей дико ужасным и сложным, то вот со второй частью, которое подразумевало беготню по площадке, у нее случилось недопонимание. Яшви привыкла к тяжелым физическим нагрузкам и тяжелой работе, с этим у нее никогда не возникало проблем, но ей очень редко доводилось бегать. Если в детстве это еще приемлемо, то когда ты достигаешь брачного возраста, передвигаться отныне тебе следует только степенно и медленно. Можно иногда ускорить шаг, но так, чтобы это выглядело прилично. Конечно, когда идешь с ведрами, о красоте своей походки не задумываешься, но факт оставался фактом. С бегом у Яшви не очень сложилось. Но не разворачиваться же сейчас обратно, раз пришла.

Яшви подошла к лавке с луками и, недолго думая, выбрала себе один, максимально приближенный к тому, с которым ей уже довелось пообщаться под присмотром мужчины, и десять стрел, которые сложила отдельной кучкой на краю. Из этой кучки взяла одну и встала напротив одной из мишеней, принявшись сначала тщательно выстраивать себя в правильную стройку, потом столь же тщательно прицеливаться. Только благодаря тому, что прокопалась на первом этапе добрых минут пять, Яшви умудрилась в мишень попасть, что удивило даже ее саму, так как она полагала, что ей сегодня придется бегать все полчаса от и до и тратить бесчисленное количество стрел. Первый круг по площадке дался ей довольно легко, только под конец немного сбилось дыхание, и второй выстрел, конечно же, оказался намного хуже первого. Настолько, что стрела вообще ушла мимо мишени. Если поначалу смысл этой беготни он не был скрыт, теперь Яшви в полной мере осознала, почему выстрелов десять, а мишеней всего три. Второй круг по площадке уже не казался ей простым. Как и третий, и четвертый и пятый, потому что все выстрелы шли мимо или не туда, куда надо. Один раз ей удалось попасть в синюю мишень, но следующий же выстрел все испортил. А потом, еще через несколько кругов у нее закончилась

десятка стрел, и пришлось начинать все заново. К окончанию получаса Яшви чувствовала, как воздух вспарывает ее легкие. Она могла долго идти в одном темпе, но оказалась не приспособлена для бега, даже самого короткого. Результат нынешнего занятия ее совсем не порадовал, ни со стороны стрельбы, ни со стороны всего остального.

Маркус Агирре

Об этом мастер-классе, который вел его знакомый, с которым он почему-то уже долгое время не виделся, Маркус узнал совершенно случайно. Он никогда не стрелял из лука, да и не помнил, что хотел этому научиться. Хотя, кажется, Мануэль и Пабло, его друзья по школе, стреляли из локу. Или это были рогатки? Впрочем, неважно. С ними он не виделся уже очень давно, с того самого момента, как отец вычеркнул его из наследства. А так ему было нечего делать, поэтому он решил хоть чем-то заняться, чтобы не думать о том, что случилось некоторое время назад.

Джун выглядел плохо, и он внимательно посмотрел на него. Того явно волновали его способности, и Маркус подумал, что неплохо было бы поговорить с ним и о способностях, и о доме с его призраками, и о рассказе старика. Потому что Маркусу казалось, что его мучают не только способности, но и этот дом. Но сейчас было вроде как занятие, мастер-класс, и он, выслушав внимательно Джуну, а потом подошёл к лавке и взял один лук и десять стрел. Встал напротив мишени, посмотрел, как это делает Джун, натянул тетиву и прицелился. Когда дыхание стало размеренным, он на выдохе отпустил тетиву. Стрела поразила мишень, что было удивительно.

Дальше началось его любимое. Бегать он любил и, наверное, это было единственное его умение, которое всегда его выручало. Первый круг дался легко, и он снова выстрелил. Стрела пролетела мимо. На втором круге ничего не изменилось, а вот после четвертого круга он прицелился и понял, что сильно дрожат руки, дыхание сбивается. И не было ничего удивительного, что и третья стрела пролетела мимо мишени, уусвистев куда-то в неизвестном направлении. Про себя выругавшись, он снова побежал по кругу. Но больше не была поражена мишень.

Когда все десять стрел закончились, а красная мишень так и не была поражена, он отдышался, взял еще десяток стрел и начал все по новой. Сначала стрелы пролетали мимо. Потом сбилось дыхание, и к окончании получаса он увидел только одну стрелу, поразившую мишень. Усмехнулся и, ещё раз внимательно посмотрев на Джуну, покинул мастер-класс. Сначала хотел поговорить с ним, но потом решил, что не стоит.

Джасмин Джефлеа

Стрельбу из лука Джасмин даже в кино не очень видела - но, как она вполне здраво рассудила, появившись на мастер-классе на тренировочной площадке, она тем самым вовсе не подмахнет кровью расписку в том, что непременно освоит искусство стрельбы из лука на уровне лучших из лучших и победит в нем самого Робин Гуда из Шервудского леса. А стало быть, в таких условиях у Джас было полное право сунуть любопытный нос на тренировочную площадку, слегка прочувствовать на себе, что здесь и как, и, если не понравится, вообще никогда в жизни больше к луку не притрагиваться и даже на пушечный выстрел не подходить, здесь решение будет

полностью её и ничье кроме.

Занятие вёл уже знакомый Джаз молодой человек, с которым они вместе плутали по подобным помещениям Цитадели Птиц и пытались как-нибудь обрести счастье. Джасмин поклонилась Джуну и улыбнулась ему, как хорошему знакомому, после чего все с той же доброжелательной улыбкой выслушала задание. Которое неожиданно вывернулось задом наперёд, мехом внутрь и рёбрами наружу, и оказалось в куда большей степени похожим на беговую тренировку. Такой поворот событий Джасмин только одобрила, бегать она умела и любила, и считала даже, что это один из не самых плохих способов держать себя в форме.

А вот стрельба из лука, это да, это сегодня будет очень болезненно, конечно.

Первые попытки попасть в мишень для Джаз, неторопливо разбирающейся, как заставить лук себя более-менее слушать, *très bien*, уже на что-то похоже, а как теперь заставить стрелу лететь туда, куда хочется, а не туда, куда получается, прошли с малым успехом. Джасмин успела растратить восемь стрел из десяти прежде, чем одна стрела наконец каким-то чудом воткнулась в мишень и затрепетала там. А у неё впереди ещё минимум три выстрела, которые нужно умудриться сделать оставшимися двумя стрелами - в общем, уже понятно, что кто-то сейчас с грохотом помчится на второй круг марафона. Джаз временно отложила лук в сторону, проверила шнуровку на кроссовках и почти с удовольствием побежала первый круг по тренировочной площадке.

Бежала Джасмин не спеша, в удобном ей ровном темпе, ничуть не стараясь выбить из себя мировой рекорд. Ей уже и так было ясно, что с марафоном она сегодня до конца не справится, а просто попытаться привыкнуть к оружию времени уж всяко хватит. Пробежав круг, Джаз вернулась к мишени, сделала несколько глубоких вдохов и выдохов, успокаивая дыхание, и снова взяла лук в руки, стараясь прицелиться как можно тщательнее. Первая стрела ушла в молоко, зато вторая неожиданно для девушки опять почему-то угодила в цель, и Джаз не отказала себе в праве пробежать ещё один круг, прежде чем взять новые десять стрел и начать все сначала.

Примерно на том Джасмин и остановилась в своём развитии как лучница. Один раз, ближе к концу получаса, она все-таки исхитрилась перейти на следующий этап задания и какое-то время выцеливала синий круг мишени, но попасть в него так и не смогла. Зато кругов по площадке намотала предостаточно и беговую нагрузку организовала себе достойную. Напоследок Джаз ещё раз поклонилась Джуну, на этот раз - прощально, но обещать зовущего взглядом, что непременно придёт ещё раз, не стала. Ей сперва требовалось поразмыслить, хочет ли она вообще снова связываться со стрельбой из лука или пока ей хватило.

Сонгцэн Кэйлаш Садхир

Стрельба из лука не была сильной стороной Сонгцэна, хоть он и считал, что как минимум из уважения к традициям стоило уделить больше внимания этому навыку. Он с готовностью пошел на мастер-класс, который проводил японец Джун Мотидзуки. В свое время в Цитадели Птиц этот навык преподавала сифу Канна, подход которой очень заинтересовал Сонгцэна. Но в этот раз нужно было не искать

дзен в моменте выстрела, а бегать и стрелять, что было в какой-то мере проще. Сонгцэн кивнул в знак приветствия Яшви но не стал следить за её тренировкой, потому что ему было чем заняться самому. Он взял лук, выстрелил в мишень, которая была пока большой, а расстояние до неё позволяло ему с его минимальной техникой стрельбы не промахнуться. После этого Сонгцэн отправился бежать первый круг.

Он не устал от этой нагрузки, потому что был хорошо подготовлен физически, его сильнее пугала необходимость стрелять по все меньшим мишеням. Первая стрела, пущенная в синюю цель, попала рядом с кругом, пришлось расходовать еще одну, а потом бежать снова. После второго круга Сонгцэну пришлось чуть больше внимания уделить дыханию, но еще сложнее было прицелиться по небольшому красному кружку. Вот тут пришлось вспоминать и о том, как легко должен соскользнуть палец с тетивы в тот момент, когда не "ты стреляешь", а "выстрел происходит". Все это было великолепно в теории, но на практике как бы совершенны ни были мысли в момент удара, стрела не задела красный круг. И еще одна снова промазала. Искусство постижения дзен в стрельбе из лука было устроено так, что сначала можно было пару лет учиться выпускать стрелу с правильным ощущением в сторону мишени, а после этого переходить к тому, чтобы в неё попасть. К сожалению, у Сонгцэна не было пары лет на это, и его попытки ограничивались десятью стрелами.

Красная мишень оказывалась долгое время недостижимой, и десятая стрела воткнулась в самый край, что Сонгцэн не стал расценивать как удачный выстрел. Поэтому он снова побежал круг и набрал еще десять стрел. Большая мишень сдалась в первого выстрела, синяя на этот раз тоже. К тому моменту, когда нужно было снова целиться по красной, Сонгцэн все-таки запыхался, и с минуту стоял на месте, стараясь восстановить дыхание. Три стрелы пролетели мимо, но четвертая все-таки воткнулась в красный круг. Сонгцэн считал, что этот успех скорее относился к теории вероятности, а не к тому, что он существенно улучшил свою меткость при стрельбе из лука, но все же задание было выполнено.

Он отнес лук и оставшиеся стрелы на место и поклонился сегодняшнему мастеру. Задание было сложным. Оно оказалось намного сложнее, чем Сонгцэн предполагал изначально, но он все же справился, поняв, к чему стоило стремиться в ближайшее время. Физическая подготовка выручила Сонгцэна в том, что ему было не слишком сложно сосредоточиться на последних выстрелах, но зато с техникой стрельбы а, следовательно, и с меткостью, у него были явные проблемы, которые стоило решать, чтобы добиться успеха в этом навыке. Все же изначально мастерство кунг фу состояло в езде верхом и мастерстве лучника. Если с первым у него проблем не было, во втором нужно было еще учиться и учиться.

Се Юэмин

Юэмин не сразу решила посетить мастер-класс в Линь Ян Шо. Она хотела многому научиться в монастыре, но стеснялась своей подготовки, которая была не очень. Стрельба из лука казалась ей не самым сложным навыком для начала, потому что с меткостью у неё проблем не было: отец с детства приучал стрелять в тире из пистолета. И эти навыки уже успели выработать и Юэмин, и Тео.

Девушка пришла на тренировочную площадку и поклонилась японцу, который вел

занятие. Стоило ей услышать задание, как изначальный оптимизм помахал ручкой и куда-то делся. Юэмин старалась восстановить форму после травмы, но пока у неё были проблемы с выносливостью, и от нагрузок начинали болеть ноги и иногда спина. Но она решила все же взяться за задание и не ныть, потому что в жизни никто не будет делать ей скидки на такие проблемы. Юэмин посмотрела на то, как правильно стрелять, прицелилась и отправила первую стрелу в большую мишень. Тетива зазвенела, стрела попала в цель, а девушка пробежала первый круг.

Она считала шаги и старалась держать ровный ритм дыхания: сначала на четыре шага вдох, на четыре шага выдох, затем на три, когда дыхание все же начало сбиваться. Девушка не стремилась бежать как можно быстрее, ей было важно сохранить дыхание и дотерпеть до конца упражнения. Юэмин рассчитывала, что десяти стрел ей хватит, потому что иначе было страшно подумать о дополнительных кругах.

Перед выстрелами по синей мишени девушка чувствовала, что мышцы немного потряхивает, а дыхание все же сбилось. Она подняла руки вверх, чтобы было легче дышать, затем взяла лук, прицелилась и подождала, пока сможет затаить дыхание в момент выстрела, чтобы он получился точнее. Юэмин целилась по мишени двумя глазами и настраивалась на то, чтобы стрела пролетела точно. Наконечник стрелы воткнулся в синий круг, хоть и не в центр, и Юэмин пробежала снова.

Второй круг дался ей намного тяжелее. Она стала задыхаться, прихватывало бок, и девушку раздражало то, в какой она находилась форме. Ей не хватало регулярных тренировок на выносливость, её навыки не стоили ничего без физической подготовки. Она бежала медленно, запрещая себе рваться вперед, потому что это добило бы дыхание. У мишеней Юэмин остановилась, уперлась ладонями в колени и некоторое время просто дышала, приходя в себя. Нужно было попадать, иначе она чувствовала, что ей не хватит сил, чтобы заработать бегом еще десяток стрел. Юэмин прицелилась. От усталости потряхивали мышцы, и первая стрела не попала в красный круг. Со второй Юэмин целилась лучше, но то ли руки не так уверенно держали лук, то ли подул ветер, но и эта стрела воткнулась поблизости, но не поразила мишень. Девушка опустила лук и выждала некоторое время, стараясь лучше настроиться. После этого она выпрямилась, прицелилась и плавно отпустила тетиву. Стрела воткнулась в красный круг, и Юэмин улыбнулась. Она очень устала от бега, но гордилась тем, что смогла справиться с заданием мастера. Зря она боялась мастер-классов в монастыре, с ними можно было справиться, хоть в её случае и на пределе собственных сил.

Тео Чун

У Тео давно не было возможности попрактиковаться в стрельбе из лука, хотя это дело ему очень нравилось. То занятия, то дежурства, то его вообще в монастыре нет, а в Пекине возможностей еще меньше чем здесь, потому что Тео предпочитал отдыхать после насыщенного тяжелого дня, а не ездить на стрельбище из лука пострелять, особенно если в этом не было острой необходимости. В Пекине он обычно стрелял из совсем другого оружия. Второй важной причиной, по которой Тео все-таки пришел пострелять, была, конечно Юэмин. Не потому, что он жаждал на нее посмотреть, а потому, что у нее не так давно была травма позвоночника, и Тео считал не лишним поприсутствовать на мастер-классе лично.

Выслушав задание, Тео решил, что справится с ним без особого труда. С физической подготовкой у него всегда было все в порядке, да и в стрельбе стоило только снова набить руку, чтобы перестать делать глупые ошибки, так что с выполнению он подошел с хорошим настроением. Дистанция в пятнадцать отмеченных метров показалась ему смехотворной, но выпендриваться и отходить дальше младший из близнецов не стал по той причине, что действительно давно не тренировался. Да и с тех пор, как он начал жить с Юэмин, публичной театральности он поубавилось, потому что у него больше не было необходимости поддерживать амплуа позера.

Тео взял себе десять стрел - он был достаточно уверен в себе, чтобы надеяться, что этого количества ему хватит за глаза, встал напротив мишени и, прицелившись, выпустил стрелу, которая попала точно в мишень, даром что она была самой большой. Для человека, который уже несколько лет не брал в руки лук, это был приличный результат, и Тео перешел на трусцу, чтобы покорить первый круг. Это было для него разминкой, после которой он выстрелил все в ту же мишень с примерно тем же результатом. Еще один круг, и теперь настала очередь синей мишени. Здесь Тео целился уже немного тщательнее, но в этот момент мимо пробежала, запыхавшись, Юэмин, и младший из близнецов справедливо отвлекся, чтобы проверить, все ли у нее в порядке. Это послужило виной тому, что он, конечно же, промахнулся и отправился бежать штрафной круг. Впрочем, он не сильно расстроился, потому что не считал эту нагрузку для себя критичной.

Следующий выстрел Тео отработал на отлично, как и последующий в красную мишень. Он израсходовал всего пять стрел из отведенных ему десяти, и это обстоятельство его значительно порадовало. Тео дождался Юэмин на краю площадки, наблюдая за тем, как она преодолевает круг за кругом, и вместе с ней покинул мастер-класс, не забыв поблагодарить японца за неплохую возможность размять кости.

Джун Мотидзуки

Как и предполагал Джун, задание оказалось совсем непростым, особенно для тех, кто еще только начинал стрелять из лука и не сильно дружил с физической подготовкой. Тем не менее, справились все для своего уровня очень даже неплохо. Особенно рад он был за небольшие успехи Яшви, которой еще относительно недавно сам вложил в руки лук. По всему выходило, что его наука не отбила у девушки желание поближе познакомиться со стрельбой из лука, и уже это можно было записать в его пока не слишком внушительные педагогические достижения.

Дождавшись, когда все участники мастер-класса покинут тренировочную площадку, Джун вытащил свой лук и отложил четыре стрелы. Вчера, репетируя, он уже дважды выполнял сегодняшнее задание и, к своему стыду, израсходовал больше стрел, чем планировал, поэтому сегодня собирался "взять реванш" над самим собой. Для начала Джун прицелился и произвел первый выстрел, который не вызвал у него ни малейшего затруднения. Попадать в большую мишень с пятнадцати метров он научился еще в школьные годы, так что сейчас просто воспользовался отточенными долгими тренировками навыками, прежде чем отправиться на первый круг.

Еще вчера он понял, что секрет успеха во многом кроется в правильном темпе бега и работе с дыханием, так что снова оказавшись на стрельбище, чувствовал себя достаточно бодро, чтобы столь же удачно поразить мишень, как и в первый раз. А дальше был второй круг, появившаяся в мышцах усталость и начавшее сбиваться дыхание. Но не зря он уделял столько времени, чтобы разработать мышцы, в большей степени участвующие в процессе стрельбы и учился работать с дыханием. Синяя мишень поддалась не хуже, чем предыдущая, пусть на подготовку к выстрелу он и потратил в два раза больше времени, чем раньше.

Оставался последний круг и последняя мишень. Вчера Джун так и не смог поразить ее с первого раза, но сегодня надеялся учесть все предыдущие ошибки и справиться со своим же собственным заданием. На стрельбище он прибежал уже изрядно измотанным, но, сделав несколько глубоких вдохов и выдохов, собрался и принял привычную стойку. На этот раз выцеливал Джун долго, стараясь успокоить не до конца восстановившееся дыхание. И, в итоге, результат получился пусть и не идеальным, но вполне приличным, поскольку стрела все же умудрилась воткнуться в самый край красный мишени, показывая, что вчерашние старания принесли свои положительные результаты. Ну а дальше дело было за малым - убрать весь ненужный инвентарь и отправляться на заслуженный отдых, который уже в скором времени должен был смениться новой тренировкой.

Мастер-класс закрыт.
