

氣



Даниил Череватский,  
Михаил и Мария Роттер

**ЭТО НАСТОЯЩИЙ  
«КРАСНЫЙ ЦВЕТОК»,  
А НЕ ЦИ-ГУН «99 ПАЛЬЦЕВ»**



Восток: здоровье, воинское искусство, Путь



Восток: здоровье, воинское искусство, Путь

Михаил Роттер

**Это Настоящий «Красный  
цветок», а не Ци-  
Гун «99 пальцев»**

«ИД Ганга»

2014

УДК 75.715  
ББК 615.8

**Роттер М.**

Это Настоящий «Красный цветок», а не Ци-Гун «99 пальцев» / М. Роттер — «ИД Ганга», 2014 — (Восток: здоровье, воинское искусство, Путь)

ISBN 978-5-906155-02-3

Ци-Гун «Красный цветок» – эффективная система оздоровления и духовного совершенствования, отличающаяся простотой и быстротой достижения ощутимых результатов. Она имеет также воинское применение, поскольку «приписана» к стилю ушу Тун-Бэй-Цюань. Предлагаемая книга – своего рода дополнение к учебно-методическому пособию Михаила Роттера «Полный традиционный комплекс Ци-Гун "Красный цветок"» – художественное произведение, с героями которого легче понять и освоить серьезные вещи. В ней описано обучение этой системе у настоящего мастера и в увлекательной форме раскрываются секреты ее освоения.

УДК 75.715  
ББК 615.8

ISBN 978-5-906155-02-3

© Роттер М., 2014  
© ИД Ганга, 2014

## Содержание

Предисловие издательства	6
Глава 1	7
Глава 2	15
Глава 3	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

**Даниил Череватский,  
Михаил и Мария Роттер  
Это Настоящий «Красный  
цветок», а не Ци-Гун «99 пальцев»**

© Даниил Череватский, Михаил Роттер, Мария Роттер, текст, 2014

© Издательский Дом «Ганга», 2015

## Предисловие издательства

Дорогой читатель! У нас уже есть опыт сочетанных публикаций в виде учебно-методического труда и художественного произведения, с героями которого легче понять и освоить серьезные вещи.

Так, в 2012 г. вышла книга «Чань-Ми-Гун Ци-Гун» известного китайского мастера Фэн Шао И и его соавтора Михаила Роттера, а годом позже – «Нечаянный Ци-Гун». Каждая из этих издательских единиц хорошо разошлась, обе книги стали популярными.

Этой книгой мы дополняем «Полный традиционный комплекс Ци-Гун „Красный цветок“» Михаила Роттера.

Авторы не позиционируют явно и не трактуют детально свое произведение, но мы не только издатели, мы еще и читатели нашей печатной продукции. А читатель, право, имеет право... на свое восприятие. Для нас повествование Даниила Череватского, Михаила и Марии Роттер по мотивам Ци-Гун «Красный цветок» Михаила Роттера – это такая себе «психоделическая штучка», легкая, изящная, интересная. Но и те, кто рассматривает наши выпуски как пособия, думаем, тоже не будут разочарованы.

Мы тщательно и принципиально формируем свой портфель. Наши читатели со стажем могут подтвердить это. Поэтому уверены, что и от знакомства с этим произведением Вы получите удовольствие.

«Настоящее название этой традиции «Красный цветок». Тех, для кого «Красный цветок» – это «Красный цветок», а не «две пятерки» и не «99 пальцев», очень немного. Теперь ты знаешь название, и это означает, что учитель тебе доверял настолько, что был готов передать всю традицию полностью, без утайки. Это послание другим мастерам нашей школы, что тебя можно учить, как «своего». А тот, кто скажет про «Ци-Гун 99 пальцев», – он не настоящий!»

*Искренне Ваше, Издательство*

## Глава 1



Ничего... Только звуки и темнота... Шарканье, реплики, оклики, окрики... там, выше, в отдалении – шумело... оттуда шли запахи. Как в римском аэропорту, когда в оцепенение полудремы долгого ожидания на цыпочках вошло смешение языков, не поймешь каких, неразборчивое и неразличимое по смыслу, пока вдруг где-то рядом: «Маша, что она сказала? Какой рейс?»

Резкий запах мочи и пота... Что, опять этот бомж со станции Roma-Termini пришел за сигаретами? Он же так понимающе улыбнулся, сказал: «Non c'è lo» (мол, этого нет) и отошел. Грубый раздраженный голос усугубил мое недоумение. Похоже на итальянский, но очень странный итальянский: «Эта падаль даже не шевелится!» Сотрясение моего мира выявило наличие его периферии, боли от пинка не было, так, бум... и внутри екнуло.

– Нет, не подох... А жаль, возись теперь с ним... Подай мне копьё...

– Подожди, – послышался другой голос с еще более странным выговором.

Тепло близкого дыхания, палец, задирающий мне веко... пальцы на запястье, как пульс считают. Убрал руку. Удаляющиеся шаги. Мир снова скомкался до звуков в темноте.

– Вот, возьми! – Это голос «щупальщика».

– Может, мне эту падаль себе оставить, если ты столько даешь за нее? – Грязный смешок «вонючки».

– Тут нет никого, кто даст тебе больше за такой тухлый товар. А тебе он не нужен! Эй, снесите его ко мне, только не растрясите по дороге...

Лежать было очень жестко. Бросили на повозку, как куль. Резкие голоса тащивших ее и стук колес заполняли все пространство в округе. Колесики, эхма, они громко скрипят, сипят, скрежещут, пережевывая негладкости дороги. И моя бедная голова подпрыгивает, захлебываясь тошнотой, за каждым их оборотом, а если ухаб – все уплывает, и боль спицей пронзает мозги.

Есть ли здесь луна? Земля ли это? Откуда мог взяться человек с копьём... Когда Вонючка потребовал копьё, страха не было, хотя серьезность его намерения была точно не шуточной, это, скорее, озадачило. Вроде дурного сна: жутко, аж дух захватывает, но смотришь-смотришь... в оцепенении.

– It was during a misunderstanding, – вдруг завел декламацию кто-то внутри меня, – conducted with crowbars with a fellow we used to call Hercules. He laid me out with a crusher alongside the head that made everything crack, and seemed to spring every joint in my skull and made it overlap its neighbor. Then the world went out in darkness, and I didn't feel anything more,

and didn't know anything at all – at least for a while... When I came to again, I was sitting under an oak tree, on the grass, with a whole beautiful and broad country landscape all to myself – nearly.<sup>1</sup>

– No, up to here! – откуда-то сверху потребовал человек, в котором я узнал Анатолия Ивановича. Резко так, строго потребовал.

– Анатолий Иванович! – радостно потянулся я к нему...

– Up to here! – Он был непреклонен.

И я послушно добавил:

– CAMELOT – Camelot, – said I to myself. I don't seem to remember hearing of it before. Name of the asylum, likely.<sup>2</sup>

– Your mark is two! – зло крикнул Анатолий Иванович. Или это мои возницы собачатся между собой?

– Asylum, – скрипят колеса, – Asylum, Asylum... Эсайлем.

Я лежу лицом вниз, глаза закрыты, но вижу стол возле большого окна, цветы на белом подоконнике с облупленной краской... он, Анатолий Иванович, задает мне учить наизусть огромный кусок текста. Не стихов, а прозы. Нарочито меланхолично говорит: «From here»... Затем смотрит на текст, отмечает конец фрагмента и говорит: «Up to here». Поднимает взгляд на меня, понимающе улыбается, сдвигает карандаш на пару абзацев ниже и говорит: «No, up to here!»

– Asylum, – скрипят колеса, – Asylum, Asylum... Эсайлем.

А вдруг это и впрямь какой-нибудь «Камелот», эсайлем, дурдом, куда сдают буйных? А кто я?

– Asylum... А-а! – Спица воткнулась в мозг: мои возницы в очередной раз раскачали телегу. Свет погас...

– Dove? Casa o pergola? (Куда? В дом или под перголу?)

Мой последующий “приход” из небытия показал, что выбор сделан в пользу перголы. Пахло пряными травами, ветер временами тискал кроны деревьев, и они постанывали в ответ. Настырная птица сыпала и сыпала рулады. Кто-то рядом крикнул: “Очнулся!”, и вот уже теплая рука властно приникла к моему запястью – отмеривать пульс.

Пульсом не ограничилось. Жесткие горячие ладони, из них шло, нет, перло тепло, ровное, мощное. Железные пальцы. Казалось, голодные зверьки завладели моим телом. Руки мяли, разрывали, растирали, давили, жали, проникали в сокровенные точки моего организма, и, удивительно, тело откликалось на эти воздействия. Шел немой разговор, мимо меня, напрямую. Я не знал этого языка, зато тело мое его понимало...

Усталый, но умиротворенный я “отъехал”. Тихо и незаметно...

Пробуждение-непробуждение... Мгла не развеивалась, хотя я тужился держать глаза открытыми. Страх выморозил даже дрожь: я бревном лежал на дне уходящей ввысь бесконечности и каждой клеточкой пытался понять темноту. Где-то совсем рядом что-то немислимо большое топало и недовольно фыркало, шуршало множеством стрел – то вытряхнет их из колчана, шур-р-р, то сложит назад – шух-х-х. И ходит-топочет... И ходит-топочет. И ходит... Ходит... Ходит...

Утро принесло облегчение. Еще невидимое солнце потеснило тьму, и через муть, оказавшуюся балдахин, окружавшим ложе, проступил навес и высокие толстые столбы, на

<sup>1</sup> Вышло у меня недоразумение с одним молодцом, которого мы прозвали Геркулесом. Он так хватил меня ломом по голове, что череп затрещал, а все швы на нем разошлись и перепутались. Весь мир заволокла тьма, и я долго ничего не сознавал и не чувствовал... Когда я очнулся, я сидел совершенно один под дубом на траве, в прелестной местности (англ.).

<sup>2</sup> Камелот... Камелот... Нет, никогда не слышал я такого названия. Вероятно, так называется сумасшедший дом (англ.).

которые он опирался. Задняя и левая стороны перголы были затянуты чем-то вроде циновок неплотной вязки, они совсем не мешали ветрам гулять свободно. Но лучей утреннего солнца было недостаточно, чтобы высветить дальний край дощатого настила. Площадка была огромной, все 50 квадратных метров, наверное. А квадратная кровать, на которой я возлежал, настоящая letto matrimoniale – супружеское ложе, просторное, как аэродром. А балдахин, скорее, сетка от комаров. Дерюжное покрывало защищало от утренней прохлады. Я чувствовал себя лучше!

– Меня зовут У, – произнес он с улыбкой, возникнув в фалдах балдахина. Большая иголка какого-то зверя в его руках озадачила меня. – Porgospino (дикобраз), – пояснил он, – знакомиться с тобой приходил. Напугал? Не бойся, он тут главный, хозяин! Вот, иглу свою на память оставил. Не выбрасывай, вдруг обидится! – Присел на край кровати и взял мое запястье для пульсометрии.

Не пытайтесь угадать возраст азиата. Ну уж не мальчик. Но и не старик. Невысокий, худощавый, жилистый, крепко и ладно сложенный.

Пульс изучал долго и углубленно. Закончив это исследование, повернул мою голову лицом к свету и жестами показал, чтобы я высунул язык. Язык тоже заслужил серьезного отношения. У долго рассматривал его, бормоча что-то и кивая головой, как бы соглашаясь со своим диагнозом. Потом помог мне встать на ноги и поддержал: я чуть не упал – голова пошла кругом. Осмотрел меня голого со всех сторон, покачал головой:

– Mangiare bene, dormire molto, lavorare – росо (питаться хорошо, спать много, работать мало), – и улыбнулся.

Я снова упал на кровать.

– Почему вы меня выкупили? Я теперь вам кто? – подрагивающим голосом произнес я.

– Ты маг (он так и сказал – «magus»), я понял это, едва увидел тебя. Тебе, наверное, крепко досталось в битве магов: сверху ничего не видно, а внутри большие разрушения... здесь никто так не ударит... Это другая сила! Я, поверь, всякого насмотрелся. Тут люд простой... Ты маг... Я никогда не встречал такого, как ты, а был во многих местах, и родом я не отсюда, моя земля – «sotto cielo» («Поднебесная», – подумалось мне), не слыхал? Живу долго, а про тебя вот не могу даже знать, сколько ты прожил, не могу знать... Очень много, однако – так каналы забиты. Ты, вижу, из благородных: всегда ел сытно и помногу, никогда не работал тяжело. Ты знаешь что-то, чего здесь никто не знает... Но ничего не умеешь.

Или ты оказался там, где быть не положено, или хотел взять то, что тебе не принадлежит, – добавил он после продолжительных раздумий.

– Так, может, я Старик Хоттабыч? – с тоски по-дурацки пошутил я и понял, что это сверх его понимания. У в замешательстве развел руками.

– Они ходили вокруг тебя и все гадали, откуда ты взялся? Дураки, ты уйдешь, как пришел... Уйдешь, никто и не заметит. Мне нужно помочь тебе собраться в дорогу.

– Далеко-далеко? – внутри похолодело.

– Нет, я должен помочь тебе собрать силу...

Выполнить наставление о хорошем питании мне помогала жившая при усадьбе некрасивая служанка, повариха.

Она не разговаривала со мной и держалась отчужденно. Первым съеденным блюдом был суп из «frutti del mare» – морепродуктов, даров моря: креветки и всякая мелкая морская живность. Вкусно и полезно. Вся пища была простая, без изысков. Основу составляли злаки, мясо. Вино тоже было в ходу, его разбавляли водой и пили не только вечером, но и в течение дня.

Пергола стояла на крутом склоне. На дне чаши пологих холмов рос «ни живой ни мертвый» огромный дуб – его в незапамятные времена опалила молния и он стоял траурно-чер-

ный в обрамлении сочно-зеленых побегов. Ниже дна чаши с дубом в центре находилось другое дно – расположенного вокруг холмов глубокого оврага с текущим по нему ручьем-змеем.

Журчание ручья и пение невидимой птицы приносили сюр в это залитое солнцем и звучащее эхом пустоты безлюдное место.

Дом располагался невдалеке от перголы. Меня потряс его явно «не отсюда» вид – три этажа, правильная кубическая форма. Первый этаж с отдельным входом. Указывая на него пальцем, У коротко сказал: «Per le ospiti» (для гостей). Место приема пищи – на втором этаже, куда вела узкая каменная лестница. Большущая общая комната, совмещенная с кухней, громадный очаг (камин). Рядом кабинет с манускриптами и небольшая комната (тоже для гостей). Выше – деревянная лестница – апартаменты хозяина. Хозяин дома («Padrone di casa») здесь бывает не часто, У его наместник, заправляет всем и всеми, кроме Дикобраза... конечно. Тот сам по себе.

Ничего лишнего, ничего напоказ, но все, что было в доме, поражало своей основательностью. Стул – двумя руками не поднять, обеденный стол, сделанный непонятно из какого дерева, пожалуй, человека четыре заносили.

Безлюдный дом, безлюдное поместье. Место странное-с! И я тут непонятно откуда и неизвестно зачем.

То, что доктор прописал – хорошо кушать, много спать и мало работать – приносило плоды, но меня еще, образно говоря, качало ветром.

Однажды утром У пришел с горшком терракотового цвета, из которого поднимался красный цветок.

– Теперь это будет для тебя главным! – сказал он. – Будешь стоять в столбе.

Поставив меня вертикально невдалеке от цветка, У руками, коленями принялся разминать неподатливую глину моего тела, вылепивая некую фигуру. Он устанавливал, выкручивал мои стопы, колени, поясницу, корпус, пальцы, плечи, шею... поправлял стойку – не было ничего, чего бы он не коснулся. Ноги – на ширину плеч, стопы параллельно. Колено – над основанием большого пальца ноги. Трудился молча. Старательно. Очень сосредоточенно. И вдруг буркнул-скомандовал: «Тяжесть падает на пятки!»

Это «опрокинуло» все мое доверчиво затаившееся естество. Ум встрепенулся и заметался растерянно: сесть не сесть, а что... что? У покачал головой и, корча рожи, ужимками показал, что нечего, дескать, мне своим толстым задом усаживаться на пятки, просто большая часть тяжести должна приходиться ближе к пяткам, чем к носкам. Чтобы лучше дошло, он сам стал в столб и перенес вес на носки, почти падая вперед. «Не так!» Утрированно отклонился назад, задрал носки, неуклюже опершись на пятки. «Не так!» Ухмыльнулся и показал, как правильно: «Так!»

Я все время страшился языковых сбоев. Не есть ли «тяжесть падает на пятки» каким-то устойчивым сочетанием вроде чешского: «Позор! Полиция ворует!»<sup>3</sup>

«Знания-навыки-умения», – не уставала повторять моя умная подружка-филолог. Она писала диссертацию на тему «Обучение чтению на французском языке в неязыковых вузах»... В том же духе наставлял комроты, офицер-афганец: «Стрелок должен знать, что нужно совместить мушку и рамку; стрелок должен уметь делать все это грамотно; стрелок, чтобы стать стрелком, должен отстрелять свои минимум 600 патронов!» «Сволочи, – в ярости добавлял он, когда на стрельбище нам поштучно раздавали патроны, – нашли, на чем экономить...»

---

<sup>3</sup> «Внимание! Полиция предупреждает!» (чешск.).

Здесь мне никто не сказал, для чего это все, что нужно, как нужно... и какие 600 патронов нужно выпустить, чтоб научиться, – пилигрим, идущий куда глаза глядят, да и только... смиренный и терпеливый...

– У нас не принято все говорить прямо, – доверительно разъяснил У, наверное, почувствовав мое настроение. – Ученика должно мучить сомнение. Пусть что-то малое, но непонятное. Сомнение должно проживать в нем. Не дать ему закоснеть, загордиться, посчитать себя ровней учителю. Алчущему знаний приличествует почтительность, знающему подobaет достоинство. Я люблю туманные образы, они создают аромат таинственности и чувство причастности к тайному знанию. Металлический прут, обернутый ватой, – это ничего для незнающих, но многое для тех, кто понимает. Это чувство. Ты мне не ученик, ты – сам маг и у нас мало времени – день короткий, а сборы долгие. Поэтому, как ни горько, я не открою тебе многих важных вещей и не скажу многих полезных стихов. Из поколения в поколение учение передают в песнях, чтобы и неграмотный не забыл, и грамотный не напутал... Не утаю – нет, не успею. Спешка запечатывает мне рот... и развязывает руки...

И У без усталости продолжил выставлять мои стопы и колени, править и править стойку.

Его усилия привели меня к уверенности, что низ здесь важнее верха, что он и подтвердил: «Ошибку в руках исправляй ногами и поясницей. Ошибку в ногах и пояснице уже ничем не исправить».

Обходя меня по кругу и придирчиво оглядывая, У довольно заметил: «Все подделки разные, все настоящее одинаково». Лицом показал, чтобы я замер. Я замер. Он встал напротив, так близко, что я чувствовал его дыхание, тепло и подвижную неподвижность. Это мне напомнило увиденных еще в детстве двух котиков. Дрались, орали, а потом вдруг надолго застыли, как бы гипнотизируя друг друга. «Для рукопашной схватки, – прошептал, как продышал, У, – то правильно, что и для стояния в столбе... Что верно для стояния в столбе – верно и для схватки». И снова застыл. Я попытался пошевелиться, было очень тяжело с непривычки, но он, даже не говоря ничего, не шевелясь, прервал мои поползновения. Может быть, глазами, взглядом, может, бровью... И я продолжил стояние, хотя дрожь была все сильнее.

– Это основы, – то ли выдохнул, то ли внушил мне телепатически У. – Старые учителя иногда ничего другого и не делают, – уже в голос произнес он, – бедро вперед, живот назад... и сила возрастает! Когда тело расслаблено и силы накоплено много, все обязательно станет, как надо. Само. Нет времени ждать – я буду делать тебя руками.

Он оставил свой пост, подошел ко мне, надавил одной ладонью на копчик (заставляя его податься, подобраться вперед), а второй – на нижнюю часть живота (заставляя его подобраться назад-внутрь). Ладони у него были жесткие, и, хотя давил он не сильно, сразу стало понятно, что означает «бедро вперед, живот назад» – ювелирные тиски с губками, обклеенными толстой кожей, – и зажато железно, и поверхность детали не деформируется. «Из-под мягкой лайки, – вспомнилась фраза О'Генри, – в любую минуту может выставиться костлявый кулак». От костлявого кулака в лайковой перчатке руки У отличались только тем, что иногда становились очень горячими. Так было во время массажа или лечения. Сейчас от рук просто шло ровное тепло.

Задав «умелой рукой» правильное положение поясницы, У скупой пояснил: точка Мин-Мэнь, «Ворота жизни», открыта. Потыкал в место на спине примерно напротив пупка: Мин-Мэнь, это Мин-Мэнь. Точка Мин-Мэнь должна быть открыта всегда! Другие точки не так: или открыты, или закрыты (пустое и полное) – это нормально. Не Мин-Мэнь! Она тоже «живет», открывается больше или меньше, но полностью не закрывается никогда.

Боясь что-то упустить, я решил вести «конспект». Благо задняя стена дома, скрытая от глаз, была светлой, а припасенный уголек легко оставлял на ней след. Когда У ушел, я сделал «вид сбоку», подразумевая под вертикальной линией ту палочку, которой У «восстанавливал

перпендикуляр» из моего колена в основание большого пальца. Я изобразил не только правильный, но и неправильный изгиб колен. Если колени слишком согнуты, то велика опасность их переутомить или даже травмировать.



Так увлекся, что не заметил, как вернулся У и стал наблюдать за моим «творчеством». – Geroglifico? – хитро улыбнувшись, спросил он. – Этот (он ткнул в правую фигурку) – не уметь. Этот (в левую) – уметь. Да (рассудительно), ты точно маг... Дураки не знают, но думают, что знают. Умные не знают, но понимают, что не знают. Ты – маг, но ты не знаешь об этом, а может, забыл.

У еще раз бросил взгляд на рисунок, повернулся ко мне, ткнул меня в задницу, потом в поясницу – это не так! Взял у меня уголек и нарисовал новую фигурку с округло очерченной поясницей и задницей.

Поставил меня в правильную стойку перед стеной и наставительно сказал:

– Geroglifico – хорошо, понятно сразу. Там (он показал в направлении кухонного стола) – tavola; там (в сторону комнаты хозяина) – tavolo: столешница и там, и там, четыре ножки, и там, и там, но одно, как женщина (женского рода), другое, как мужчина. А давай их переставим: все поменяется – тот, что был как женщина, станет как мужчина, и наоборот. Завязали мудрецу глаза и подвели к слону, он взялся за хобот и закричал: «Удав!» Так и тут: tavola, tavolo... Другое дело, Geroglifico! Это – legatus legionis (командующий легионом), – приложил ладонь козырьком ко лбу, будто всматриваясь вдаль, – не legionarii tirones (рекрут), – и поднес себе ладонь под самые глаза, почти закрыв поле зрения, как подслеповатый, который пытается что-то прочесть по буквам.

– Рисовать слова просто, – вдруг начал рассказывать он. – Как дом строить. Сложил кусочки – и хорошо. Кусочков совсем немного надо.

Черта слева направо (—); черта сверху вниз (|); точка, которую можно рисовать сверху, снизу (● ●); наклонная влево и наклонная вправо (↙ ↘); «крюк» (↩).  
А это – дополнительные.

しししレく

Похоже, У вошел в раж. Он ходил вдоль стенки и говорил-говорил, перемежая разговоры своей каллиграфией.

– Вот напиток «ча» – молодой листок. Помогает голове и телу. Его Geroglifico имеет вид... (тук-тук-тук... застучал уголек по стене).

茶

Верхняя часть («травя») – число 20 (тук-тук-тук...).

廿

Средняя часть «человек» – число 8.

人

Нижний знак («дерево») – десять.

十

Сумма верхнего и среднего равна 28, а среднее и нижнее – восемь по десять, всего – число 108, означающее долголетие.

Есть еще трактовка этого Geroglifico – что-то вроде дерева (небесной травы), которое поднимает человека на небо.

Geroglífico может изобразить и то, чего нет. Вот слово «virtu», означающее нравственность или добродетель, у нас оно называется «Дэ». Добродетель невозможно увидеть, но я могу ее тебе нарисовать. Хочешь? – риторически спросил он и стал рисовать.

德

Левая часть обозначает ногу, шаг, поступок.

彳

Правая часть (сверху вниз) – число десять (十); «глаз» (目); число один (一) и «сердце» (心). Все вместе: «десять глаз смотрят на поступки одного сердца» или «глаза Бога смотрят на сердце человека». Дэ проявляется, когда поступки и помыслы человека соответствуют наставлениям, установленным людям Небом.

«Ну да, большой брат следит за тобой», – подумалось мне.

## Глава 2



Лекция по иероглифике закончилась изображением иероглифа Ци, про который У сказал, что для меня он «самый главный geroglifico».

Закончив рисунок, У поднял крупный плоский кусок песчаника и стер со стены все свои каллиграфические упражнения.

– Стоять не трудно, правда? – неожиданно с ехидцей спросил он.

И тут до меня дошло, что все это время я стоял в столбе.

– Все не здесь, – он показал пальцем на корпус, – а здесь, – показал на голову. – Когда головы нет, ноги не устают... У нас там, – он неопределенно кивнул, но по лицу было видно, что это «там» далеко-далеко, – когда человек стоит столбом, говорят «дурак»: ничего не замечает, стоит и стоит... дерево-дерево. Просто учить – любой научится, стоять надо! – Он важно поднял палец вверх и застыл, как замороженный. Так стоять! – Через несколько секунд У ожил и заговорил: – Стой себе... не заметишь, как поумнееешь... Время – драгоценность! У тебя времени мало – стоять много надо.

Будучи от меня близко наискосок, он мягко провел рукой по спине снизу вверх и дошел до головы. Пристально посмотрел в лицо и внятно сказал: «Avere la puzza sotto il naso». «Ощущать вонь под носом», – дошло до меня. Я застыл в недоумении, хотел повернуть к нему голову, но он не дал мне сделать это и с силой надавил ладонью на шею так, что нос и подбородок опустились.

– «Avere la puzza sotto il naso» говорят, когда хотят показать, что кто-то загордился, ходит, задрав нос, – пояснил он и пальцем надавил на подбородок, чтобы тот подался назад и вниз, – так... Важно! – продолжил он, – этот (указал на подбородок) защищает горло, если схватка, так доставать глаза неудобно (посмотрел исподлобья). Потом подробно объяснять. – У даже не дал мне задать вопрос, прервал разговор. – Время – драгоценность!

Главное – хребет! Если хребет так (поднес мне к глазам согнутый палец) – сила Ли не идет и энергия Ци плохо движется. Тут, тут и тут (слегка ткнул указательным пальцем в крестец, между лопаток и в основание черепа) заставы. Ци еле просачивается через них, даже если правильно стоять. А когда так (он опять поднес мне к лицу согнутый палец) – застой, болото будет.

Чтобы быстро научиться стоять и спина была ровной, есть секрет. Я тебе открою большой секрет: если нужно сделать что-то, ни за что не делай этого!

– Что? – аж поперхнулся я. – Как это?

– Лежит веревка, что ты сделаешь, чтобы выпрямить ее? Станешь расправлять каждый изгиб? Нет, надо потянуть за концы, да? Сделай так и тут, с хребтом.

– А где у него концы? За что тянуть?

– Хребет – вроде веревки, на которой много узлов. Копчик – подберешь, натянешь низ; подбородок подберешь – натянешь верх, затылок, вот и вся веревка прямая, как тетива. – У дернул руками в разные стороны, будто между ними действительно была веревка, и радостно засмеялся. – Большой секрет... очень большой. Очень важно! – Лицо его посерьезнело.

Долго уговаривать меня нужды не было. Сделал, как было сказано, и почувствовал: получилось! Шейный лордоз заметно уменьшился, а поясничный полностью исчез, весь позвоночник наполнился, налился силой. Не было вялости, расхлябанности.

– Это важно, – У вознес палец кверху, – помни всегда! Большой секрет!

День спустя дошло дело до рук. Главное в столбе – это корни и ствол, но и без веток дереву не жить. Ветки – это плечи, локти и ладони. Руки.

С плечами он поступил просто: увесисто похлопал по ним ладонью, заставляя опустить вниз. Хлопок был мягким, но тяжелым: «Массаж, – сказал У, подтрунивая надо мной, – тебя надо бить и бить: ты ходишь вот так (он смешно вздернул плечи, ссутулился и сложил локти, как кенгуру лапки), фу! Ты ломаешь русло крови, энергии, фу! Я думаю, тебя долго держали в каких-то колодках, держали, не давая нормально двигаться. Не знаю зачем, но это неестественно. Здесь я не видел с такой осанкой ни одного человека. Стоять в столбе – твое лечение. Для всего, для этого (он демонстративно принял правильную красивую позу) тоже!

После того как он похлопал по плечам и они опустились, я вдруг почувствовал облегчение – сразу же расслабилась вся верхняя часть тела и стоять стало намного легче.

«Колодки – это компьютер», – вдруг дошло до меня. Это же возле него я из года в год, день за днем, час за часом проводил время. Не успел подумать «о мышке», о «клаве», как плечи тут же поднялись кверху.

У с интересом наблюдал за моими манипуляциями.

– Вспомнил о колодках? – догадался он. – Или колодки вспомнили о тебе? Подмышки надо опустошить, а то толку не будет!

С этими словами У ушел в кухню и вернулся с небольшой корзинкой, открыл ее и достал два куриных яйца. Посмотрел, правильно ли я стою, остался доволен, после чего молча втолкнул мне в подмышечные ямки по яйцу.

– Стоять! – прикрикнул он. – Не дай им упасть! Не раздави их! Заставь свои руки быть нежными...

– Знаешь, – сказал У через некоторое время (по моему лицу тек пот, я был очень сосредоточен на удержании яиц), – когда мой дядя учил меня этому, я был еще ребенком. Он заставлял меня стоять голым, а вместо яиц под мышки клал горячие пампушки. Прижимать детской подмышкой пышущую жаром пампушку – пытка еще та, зато так быстро учишься... Особенно, когда дядя обещает засунуть тебе сразу две пампушки, если одна из тех, что уже при тебе, упадет в грязь. Да, а еще дядя никогда не заказывал лишних пампушек: или правильно стой с ними, пока не остынут, – это твоя еда; или подними из грязи – это твоя еда. Учителя любят применять боль и голод для обучения. Мой дядя был большой учитель, – он соединял их, боль и голод. Ожоги, правда, лечил заботливо. Чудесной мазью, которую сам делал, собирал травы, сушил, ворошил, обрабатывал... Он и меня научил. Была своя мазь от ожогов, своя от ушибов.

Я стоял, я потел, У смотрел.

– Курица сидит-сидит на яйцах, греет их. Но кушать надо – встала, пошла зерно клевать, – стал рассказывать он, – а птичий ум, – он кивнул в сторону воображаемого гнезда с яйцами, – оставила там. И ты будь, как курица, что бы ни делал, держи ум на яйцах.

Предупредив меня таким образом, У принялся править положение ладоней. С ладонями он был особенно скрупулезен. Вначале потребовал полностью расслабить ладонь и проверил, чтобы она находилась горизонтально, «лежала», чтобы все пальцы, как он выра-

зился, были «мягко и прямо». Это означало, что они должны быть и не полностью выпрямлены, и не совсем согнуты, так, присогнуты: «хотя прямой, но немного согнут». Когда-то он образно, но непонятно сказал «кажется, да – кажется, нет». Важным оказалось также, чтобы ни один палец не был сколь-нибудь опущен вниз. «Сгибать потом, сейчас – нет», – было его наставление. В целом сверху все выглядело так, будто ладонь со свободно растопыренными пальцами спокойно лежала на поверхности воды. У назвал это «ровные ладони».

С яйцами под мышками я отстоял невесть сколько. Пот стекал с меня и капал в пыль. Было тяжело и «ответственно», как той курице, которая клюет-клюет, а умом – на яйцах. Хорошо, что У не додумался мне «на ровные ладони» по яйцу взгромоздить...

Урок выдался тяжелым, но, к счастью моему, не бесконечным. У пришел, «разрядил» меня, сказал вроде «Вольно!» и удалился. Да вскользь обронил, что это и есть «правильный столб до конца». Я решил «по горячим следам» сделать зарисовки для памяти. Одна картинка изображала положение стояния сбоку, вторая – как стоит У. Интересно, он становился таким маленьким, аккуратно «стянутым» к центру, будто сидел стоя, будто удобно устроился на высокой скамейке, только без скамейки. Ладони же всплыли и так и остались на поверхности воды. Или на большом-большом шаре, подумалось мне.



«Вот опять стою я перед строем, но на этот раз к нему лицом. Кажется, чего-то удостоен, награжден и назван молодцом». У отпустил меня на неделю в автономное столбостояние: два столба в сутки. Когда «столбенеть» и где – на мое усмотрение. Или утром и вечером, или в полдень и полночь: ранним утром активен меридиан легких, а так как дыхание и воздух – основа всего, то это время считается особенно полезным – утром природа просыпается, все кругом особенно свежо и Ци на подъеме. Вечером хорошо заниматься, чтобы восстановиться после утренних занятий. Желательно не сразу перед сном, а то набранная Ци будоражит, как чашка кофе. Правда, существуют люди, для которых кофе является снотворным, но это не про меня. В полдень Ян начинает переходить в Инь; в полночь Инь начинает переходить в Ян – очень важные моменты и состояния Вселенной. Главное, нельзя стоять перед едой и сразу после еды – пищеварение требует больших затрат энергии, отвлечение ее от этого дела может навредить.

Регламент стояния – по половине часа. Считается, что за это время Ци и кровь делают полный оборот по телу. Часами у меня выступают «палки-вонялки»: одна палочка благовоний тлеет почти 30 минут. У снабдил меня несколькими упаковками. На каждой пачке – крестик, означающий число 10: десять палочек в каждой упаковке. Стоящему от воскурений легче стоять, учителю легче считать, сколько «отстолбил» стоящий.

– А если ученик не станет стоять, просто сожжет или выбросит палочку?

У долго не мог понять, наконец, сообразив, о чем идет речь, сухо ответил:

– Ученик не может обманывать учителя, потому что сильно уважает! Учитель, которого можно обмануть, – это не Учитель! Человек стоит в столбе – Ци наполняет его, как вода, которая капает в горшок. Я посмотрю и увижу, сколько натекло... Место для занятий выбирай себе сам. Стань, расслабься, любуйся природой, водой, небом, солнцем, звездами. Если все сделаешь правильно, будешь радоваться, сделаешь неправильно – намучаешься!

Моя «остолбенительная» жизнь идет. Исправно стою и потею, палки-вонялки курятся. Зарубки на столбе – мой календарь – добавляются. У приглядывает за мной издали, иногда подходит и что-то проверяет, поднося свою открытую ладонь под мою протянутую руку, прямо под середину ладони; иногда правит стойку. Судя по тому, что такие подходы редки, дело идет!

Его визиты влияют на мое восприятие мира – окружающее становится ярче, колоритнее, выпуклее. Эти фокусы действуют и на расстоянии – пройдет по дорожке, помашет издали ручкой и, ессоло, у меня вдруг на ровном месте ненормально хорошее настроение. Маг хренов!

Две палки-вонялки на день. По-честному. Стоять в полдень оказалось жарко, в полночь – «сонно». Я взял себе «утро—вечер»: на восходе – с птичками, после заката – со светлячками.

О, в эти моменты меня наполняет чувство властелина здешних мест. Оттянувшийся за ночь дикобраз отправляется отдыхать в свою нору под перголой: «Чао, дружок! А мне – на вахту». День перешел в вечер – я снова на вахту. Утром стою под дубом, оттуда открывается вид на водопад. Вечером выхожу за линию холмов. По ту сторону склонов – луг. Бесконечность ночного пространства заполняют танцующие облака светлячков. Эльфы из фэнтези отдыхают. Куда им до «огненных мух», «Firefly», как англичане называют светлячков.

Воздух, смешанный с ароматами воскурений, ночная тишина, мириады светлячков, сводящие с ума, как полярное сияние, и китайский столб: психоделика, пару раз и впрямь уносящая меня из этих мест, отрывающая меня от меня. Водопад и светлячки облегчали достижение “мало думай – много смотри!”

Мой календарь – занозистые зарубки на деревянном столбе. После третьей проступила подспудная правда римских цифр и рун: не вырубить топором, что написано пером. Семь зарубок честного столбостояния – это не дни, не время – это новые ощущения в теле, в духе, в настроении. У вернулся к занятиям со мной.

Число 18, как оказалось, в их культуре особое. Тут тебе и четки на восемнадцать бусин, и стиль рукопашного боя «ладони 18-ти святых», и количество предметов, разрешенных для ношения монахами при себе, и много чего еще. Требований к столбу оказалось тоже 18:

- Стопы опереть на всю поверхность.
- Колени согнуть.
- Бедра расслабить.
- Промежность округлить.
- Анус подобрать (нижний «сорочий мост»).
- Живот втянуть.
- Поясницу расслабить.

Грудь опустошить.  
Спину выпрямить.  
Плечи «уронить».  
Локти «уронить».  
Подмышки «опустошить».  
Запястья расслабить.  
Макушку подвесить.  
Подбородок втянуть.  
Смотреть расслабленно вдаль (или глаза можно закрыть).  
Губы мягко сомкнуть.  
Кончик языка прижать к верхнему небу (верхний «сорочий мост»).

У показал, я понял. Сложного нет, но не забыть бы. Ну-ка, неспроста же он упоминал о песнях. Я не поэт, но вам скажу стихами...

Пришло на ум невесть откуда попавшее туда четверостишие, кто-то, когда-то прочел мне его. Похоже на руку Киплинга, но я не помню, чтобы Анатолий Иванович задавал его учить.

Солдат, учись свой крест носить,  
Учись не спать в седле  
И черный кофе кипятить  
На тонком фитиле!..

Можно взять за основу киплинговское «If». Не зря ж я его, такое длинное, штудировал, чтоб от зубов отлетало. Где вы, великие переводчики? Примите вызов! Не только ж вам, досточтимые Корнилов, Лозинский, Маршак, Шарапова и многие-многие, позволять себе вольности в перелицовке If, данного нам Редьярдом.

И пусть мое «Если» будет маршакиадой! Он из переводчиков лучший, ИМХО.

О, если ты стоишь в столбе, спокоен головою, согнув колени и  
«на всю стопу»,  
Когда б ты мог дать чреслам расслабленье,  
Промежность округлить и анус подобрать,  
Живот втянуть, расслабить поясницу, грудь сотворить пустой,  
И с мягкой спиной, но ровной, как доска, вниз уронить  
Плеч и локтей члененья, подмышки пустотой наполнить до  
краев,  
Запястья размягчить и темечко подвесить, сомкнуть уста и – в  
нёбо языком:  
То стой себе, никто не обругает, а назовет, любуясь, молодцом!

Слова «Когда б ты мог...» напомнили мне о Верхарне. Настроился на Киплинга, а потревожил и его:

В тебе прокиснет кровь твоих отцов и дедов,  
Стать сильным, как они, тебе не суждено;  
На жизнь, ее скорбей и счастья не изведав,  
Ты будешь, как больной, смотреть через окно.  
И кожа сохнет, и мышцы ослабеют,  
И скука вьется в плоть, желанья губя,

И в черепе твоём мечты окостенеют,  
И ужас из зеркал посмотрит на тебя.  
Себя преодолеть!

Знаменитый советский штангист Юрий Власов это верхарновское «Себя преодолеть» сделал девизом своей жизни. Каждый раз, подходя к штанге, он, как мантру, зачитывал заветные звуки, и огонь эмоций пробегал по бикфордову шнуру строчек, чтоб на словах «Себя преодолеть!» все взлетело в воздух!

Я искренне считал, что именно этой строчкой заканчивается «Меч». Но, как оказалось, самый сильный человек планеты, олимпийский чемпион Рима, кумир моего папы в бытность его школьником, слукавил. Власов, для достижения нужного себе результата, пустился на усекновение строфы, повлекшее изменение смысла:

Себя преодолеть! Когда б ты мог! Но, ленью  
Расслаблен, стариком ты станешь с юных лет;  
Чужое и свое, двойное утомленье  
Нальет свинцом твой мозг и размягчит скелет.

Не правда ли, есть разница, а?

Полный текст в переводе Донского я прочел во всемирке уже после сочинения Власова и так пожалел, что великому Верхарну не довелось ознакомиться с книгой нашего тяжелоатлета. Поставить в нужном месте точку, наступить на горло собственной песне – это тоже дар, поэты!

И вы, дорогой Киплинг, простите, что потревожил все. Но, папа, вы будете смеяться, она так работает! Придуманная мной «поэма» стала для меня блок-схемой вхождения в стояние, алгоритмом, соединяющим разрозненные части тела в крепкий такой столбец.

Каждый раз, тараторя про себя «мантру», я расслаблялся и мысленно представлял главные меридианы – канал зачатия и канал управления, о которых узнал от У. Прикоснулся кончиком языка к нижней челюсти – вошел в начало канала зачатия, что дальше идет через среднюю линию груди и живота до промежности, до «тайного места», которое нужно округлить и расслабить, чтобы дать Ци течь свободно. Из того же «тайного места» восходит канал управления, чтобы через среднюю линию спины подойти к голове, пройти через макушку и опуститься спереди по средней линии головы и лица в точку на верхнем нёбе. Эти два канала составляют «малый небесный круг» для циркуляции энергии. Ребенок в утробе матери имеет связанные между собой каналы зачатия и управления, но куда денешься – обрезание пуповины их разъединяет. Бывает, так и ходит человек недоделанным с двумя малыши «дугами» вместо «малого небесного круга». Чтобы вновь сделать «круг» цельным, нужно подтянуть, ни в коем случае не напрягаясь, едва заметно, скорее мысленно, чем физически, анус и поднять язык к верхнему нёбу. Соединить два «сорочьих моста». По легенде, птицы-сороки образовали мост, соединивший, вопреки всему, влюбленных друг в друга пастуха и принцессу. Сорочий мост – это то, что и есть, и то, чего нет, – непостоянные эти сороки, непостоянные.

Язык не на месте – и вот уже Ци гонит кровь к голове, а крови уйти некуда – и болит голова у человека. Есть мост-язык на месте – пошла себе энергия от головы вниз по «переднесрединному» каналу Жень-май, и все ОК!

Семь зарубок столбостояния добавили мне крепости. И это был венец некоего этапа моего обучения.

– На этой стадии я должен был бы испытать тебя: удвоить время стояния и посмотреть, как у тебя получится. Хорошенько потолкать, чтобы проверить укоренение в столбе. Но времени мало. Уже надо осваивать Ци-Гун на пальцах – важно!

После этих слов я почувствовал себя, как мой дед, который в войну учился летать. Главное, суметь взлететь и суметь приземлиться, а там – как вывезет. Выпускников таких курсов, говорят, в частях и называли: «Взлет-посадка». Тут, конечно, не авиация, но тоже дело ответственное. Ци-Гун, братка, Ци-Гун!

– Надо уметь! – У в некоторых случаях вдруг начинал говорить с более выраженным акцентом, чем обычно. – Никого не знал, сколько ты стоять. Не интересно. Надо уметь! Большой секрет – гнуть пальцы. Я научу! Знать, как гнуть, – Ци приходит быстро и много. Как лошадь – раз, и ты уже там, а не так. – Он демонстративно засеменил, как старик на узкой тропинке.

Бронзовая человеческая статуя, примерно в метр высотой. Старая, отшлифованная руками нескольких поколений. Гравировка на «коже»: линии, линии – сложный, но явно осмысленный рисунок – от макушки до пят. И ряды дырочек вдоль линий. Восточный, как оказалось, манекен для обучения лекарей – точки и меридианы. Обмазанная толстым слоем воска, эта штука служит для проверки Гун-Фу: услышал название точки – ткнул вслепую, игла не сломалась – молодец, впопад, сломалась – невпопад. Иди, гуляй, придешь на передачу через пять лет. Еще больше мне понравился рассказ об экзамене на костоправа: глиняный горшок, находящийся в завязанном мешке, разбивают на черепки и дают претенденту на звание лекаря, чтоб собрал, тоже вслепую, не развязывая мешка. Это считается обычным делом.

Какой ты лекарь, как будешь совмещать концы поломанных костей, если не можешь на ощупь составить простой глиняный горшок?

Два канала – управления и зачатия – я на манекене узнал, но есть еще 12 регулярных каналов – и все они начинаются и заканчиваются на пальцах. Это и есть большой секрет доктора У – опуская должным образом пальцы, можно выводить грязную энергию из внутренних органов. «Так делать два дня и простуда, он ушел, совсем ушел, быстро ушел. Всякая хворь, он тоже ушел».

Тот, у кого Гун-Фу на точки – «два в одном»: умеет и врачевать, и убивать.

У своим учителем считал родного дядю по отцу. Дядя и был универсалом, мастером по части лечить и убивать. Он зарабатывал иглоукалыванием, преподаванием Ци-Гун и кулачного искусства. Папа У был категорически против приобщения сына к этому ремеслу: однажды вставший на путь бойца по своей воле с него не свернет. «Твой дорогой дядя и мой старший брат, будь он неладен, – в сердцах говорил, обращаясь к У, отец, – каждую неделю ходит драться в соседние деревни. Хорошо, когда на своих ногах вернется, а то ж на телеге привезут, – ворчал он. А лечить и того опаснее: сотне людей помог, на руках носят, к следам припадают, но вот подвернулось лечить глухого, а тот возьми, да и ослепни – убьют, у простых людей и нравы простые».

По семейным преданиям, дядя, было дело, даже в бега пускался, опасаясь мести высокопоставленных родственников пострадавшего. Хорошо, что дядиных преследователей боги прибрали раньше, чем дядю. Но есть правило: «когда живешь, так доживаешь». Дядя дожил до того, что после поединков всегда возвращался на своих двоих, и разъяренная родня пациентов его никогда не преследовала.

Не надо выдавать нужду за добродетель, спор решила судьба. Кроме У, фамильные традиции и принять-то оказалось некому. Папа У не пошел по стопам деда, а дядя У не обзавелся достойным сыном. Так семейная школа кулачного искусства, сокровище, передаваемое поколениями предков, чуть не оказалась выморочной.

Вообще-то дядя имел сына, но братец У слыл отпетым дебоширом. Не было в округе ни одной драки без его участия – он сам был зачинщиком всех драк. Страх испытывал только к отцу, опасения же по поводу силы, веса, умения, количества других противников его никогда не посещали. Такие способности! Взрослая известность искусного метателя ножей пришла к нему еще в школе. Но, как говорится, лучше передать семейную традицию У-Шу бесталанной дочери с ровным характером, чем способному сыну-сорвиголове.

Кончилось тем, что на поиски учителя братец подался в город. Природа создала все школы разными, но родила и таких даровитых бойцов, что им все равно, в какой школе учиться. Сейчас сын дяди уважаемый член общины и у него свое хозяйство по охране купеческих караванов.

На семейном совете папе пришлось уступить своему старшему брату. Так У стал наследником семейной традиции, а его дядя своему малолетнему племяннику – учителем по рукоприкладству и учителем по врачеванию.

И не спать – заниматься, и спать – заниматься. Кто не занимается – тот не ест! Боль и голод – еще те наставники!

## Глава 3



Большой секрет учителя У – это упражнения по сгибанию пальцев. Правила сгибания пальцев несложные: на обеих руках попарно последовательно сгибать указательный, безымянный, большой, мизинец, средний. Сгибать только тот сустав, где палец соединяется с ладонью. Сам палец при этом должен быть прямым. Пальцы на ногах сгибать одновременно с пальцами на руках, но это, хотя и обязательная, скорее умственная, чем физическая процедура

Если принять стандартный способ нумерации пальцев от большого к мизинцу, то вместо «указательный, безымянный, большой, мизинец, средний», схема загибания пальцев приобретает вид: 2 – 4 – 1 – 5 – 3.

Длительность держания пальца согнутым – сгорание одного-двух делений специальной ароматической палочки. После этого следовало выпрямить палец и загнуть следующий.

Все пальцы прошел – снова стать в положение «ровные ладони» на половину времени, которое стоял раньше.

Если принять, что взрослый делает в норме 16–20 дыханий, то на одно деление палки-вонялки этого образца приходилось 30 секунд. Стало быть, два деления – минута. Выходит, нужно стоять, как и раньше, минут пятнадцать, потом загибать пальцы до 1 минуты на каждый (до 5 минут на руку) и снова стоять столбом еще минут пятнадцать.

Когда я уразумел принципы, то взялся изображать схему на стене,

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.