

В те времена соревнования всё ещё начинались выстрелом, громким и далеко разносящимся. Такой чрезмерный звук легко вызывал у спортсменов сильное перенапряжение. Это было похоже на ситуацию, когда в Новый год кто-то из детей запускает петарды: даже если ты видишь, как ребёнок зажигает фитиль и бросает петарду, ты всё равно будешь пристально следить за ней, всем телом готовясь к грядущему взрыву.

Конечно, умеренное напряжение не лишено пользы — оно стимулирует выброс адреналина, усиливает сокращение сердечной мышцы и повышает уровень возбуждения. Однако чрезмерное напряжение, напротив, увеличивает нагрузку на сердце, вызывая преждевременную усталость.

Лучшим решением было привыкнуть к этому и научиться контролировать своё состояние.

Соревнования на 100 метров вольным стилем проходили быстро. От момента выхода спортсменов на старт до финиша и записи времени проходило всего пять минут. Вскоре сотрудники организационного комитета уже кричали у входа, чтобы третья группа готовилась.

Лю Ян встал, натянул на голову чёрную шапочку для плавания. До знакомства с Яо Е он не особенно любил носить её, ощущая, как она сдавливает голову и сковывает движения. Но за последнее время, под влиянием Яо Е, он незаметно привык к этому аксессуару.

Дети из второй группы закончили заплыв и, мокрые, вошли в помещение. Лю Ян отступил в сторону, наблюдая, как на их лицах отражались как радость, так и разочарование. Он не хотел гадать, каким будет его выражение лица после финиша, лишь надеясь выложиться на максимум и показать свой лучший результат.

Сотрудник попросил их выстроиться по дорожкам. Поскольку это были не финальные заплывы, распределение по дорожкам не соответствовало обычному порядку, а было основано на жеребьёвке. Лю Ян оказался на шестой дорожке и вышел третьим.

Выйдя на старт, он быстро окинул взглядом всё вокруг.

В бассейне было много сотрудников, у трибуны сидели тренеры, а за каждой дорожкой находились два судьи с секундомерами, тихо беседуя между собой. На трибунах же зрителей было мало — в основном это были сопровождающие тренеры и спортсмены, участвующие в соревнованиях в этот день.

Лю Ян встал у своей дорожки, прополоскал очки для плавания, надел их и привычно скользнул взглядом по трибунам. Он увидел Яо Е, который поднял в его сторону большой палец.

Он размял шею — раздался лёгкий хруст, — затем потянул плечи, пальцы, сцепив их в замок и вытянув ладони наружу, затем размял поясницу, колени, лодыжки и даже пальцы ног, слегка покрутив ими на полу.

Он методично разминался, чувствуя себя спокойно, очень спокойно. Взгляды, которые он бросал на соседних участников, были полны безразличия. Это было странное психологическое состояние. Если у людей действительно есть шестое чувство, то Лю Ян ощущал, что сможет выиграть этот предварительный заплыв.

Странно, не правда ли?

Он улыбнулся, надеясь, что это состояние сохранится до конца соревнований.

Резкий свисток пронзил воздух, судьи позади встали, и через звуковую систему стадиона начали объявлять имена участников и их команды. Когда назвали Лю Яна, он поднял подбородок, шагнул вперёд и высоко поднял правую руку.

В этот момент он вспомнил поговорку о соревнованиях по плаванию — «стремиться вперёд».

Да, именно так.

Лю Ян встал на стартовую тумбу, поставив ноги ближе к задней части, руки свободно свисали вдоль тела, слегка подрагивая, чтобы расслабить мышцы. Двое участников рядом делали то же самое, их челюсти были сжаты, на шеях явно виднелись набухшие вены. Лю Ян потрогал свою шею — к счастью, она не выглядела так устрашающе.

Поскольку это были соревнования юношеской группы, где возрастной порог составлял 14 лет, разница в росте и телосложении участников была заметной. Самые высокие были почти 1 метр 70 сантиметров, а самые низкие — чуть выше 1 метра 60. На стартовой тумбе можно было легко определить реальный возраст этих детей. У Лю Яна не было особой удачи — в его группе было два крупных парня с мощными мышцами на руках и широкими плечами.

Яо Е, сидя на трибуне, внезапно почувствовал напряжение. Это было странно, ведь соревновался не он, но он ощущал, будто сам стоит на стартовой тумбе, мышцы напряжены до предела.

Ло Синьхуа удивлённо посмотрел на него, открыл блокнот и записал имя Лю Яна.

В школе плавания и сборной провинции было пять участников этого соревнования, и как тренер он должен был фиксировать их результаты. Лю Яну не повезло — он был первым участником от команды Сычуани, чьё имя было записано в блокноте Ло Синьхуа. В надежде на удачный старт, Ло Синьхуа очень хотел, чтобы Лю Ян занял первое место в этой группе.

[Бип-бип!] — раздались два коротких свистка, призывая участников занять свои места.

Лю Ян шагнул вперёд, поставил ноги на край тумбы, наклонился, руки свободно свисали вниз, кончики пальцев слегка касались поверхности. Он невольно сжал зубы.

[Биинииинии!] — прозвучал долгий свисток.

Лю Ян отставил левую ногу назад, напряг тело. В этот момент, словно сдерживаемая сила начала высвобождаться, сердце забилось чаще, и казалось, что по всему телу разлилась мощная волна крови.

[Бах!] — выстрел.

Лю Ян резко оттолкнулся ногами и рванул вперёд.

Яо Е и остальные на трибунах замерли, не отрывая глаз от Лю Яна, наблюдая за его движением от старта до финиша.

Отлично, он не замедлил, и, кажется, его рефлексы тоже были на высоте. Уже с момента старта он держался в лидирующей группе.

В момент старта мозг Лю Яна полностью отключился. На такой короткой дистанции у него просто не было времени думать.

Он вошёл в воду под углом, от кончиков пальцев до ног, холодная вода бассейна окутала всё его тело, заставляя мышцы вздуваться и наполняясь силой.

Три быстрых удара ногами, и он вынырнул, правая рука уже вышла из воды, предплечье потянуло за собой кисть, вода, поднятая пальцами, образовала полукруг, прежде чем рука снова погрузилась в воду, вытянувшись до предела. Запястье согнулось, и поток воды устремился под телом, резко толкая его вперёд.

В это время левая рука, следуя привычной инерции, описала круг в воздухе и устремилась вперёд, погружаясь в воду.

Две руки, два противоположных движения, постоянно чередуясь.

Перед очками для плавания расстились волны, свет, падающий сверху, дробился на множество бликов, словно зеркала, в которых он плыл.

Он ускорялся, постоянно ускорялся, не отвлекаясь ни на что, лишь надеясь выложиться до конца.

Яо Е крепко сжал руки на коленях, выпрямил спину, всё его тело словно готово было сорваться с места.

Отлично, второе место! С самого старта Лю Ян держался на второй позиции, плотно преследуя лидера.

Внутри Яо Е звучал крик: «Вперёд! Вперёд! Всего один рывок, давай, выжми из себя всё!»

И, возможно, его поддержка действительно подействовала.

Произошло нечто странное: после поворота Лю Ян неожиданно вышел вперёд и резко увеличил скорость.

С этого ракурса он был похож на рыбу-меч, рассекающую воду своим плавником, устремляясь к цели.

Яо Е сжал кулаки всё крепче, дыхание стало тяжёлым.

Отлично, продолжай в том же духе, ускоряйся, используй свой талант, свою гордость — взрывную силу. Как пуля, выпущенная вперёд, без остановки.

«Устал?» — спросил себя Лю Ян во время финального рывка. — Устал?

Нет, он действительно чувствовал себя хорошо, словно всё его тело было наполнено энергией. В воде он чувствовал себя как рыба.

Рыбы живут в воде, это их мир. Здесь они могут одним движением хвоста преодолеть несколько метров, лёгким взмахом плавника изменить направление, кожей ощущать течение.

Лю Ян почувствовал, что в этот момент его ноги превратились в хвост, руки — в плавники, а кожа стала настолько чувствительной, что могла ощущать потоки воды, догоняющие его сзади.

Да, если я рыба, то почему я должен уставать? Это мой мир.

Он снова усилил удары ногами, движения рук стали ещё быстрее, и всё его тело рвануло

вперёд.

«Хочешь догнать меня? Тогда попробуй».

<http://bllate.org/book/16608/1518698>