

# Wing Chun Martial Art is Developing in Russia



## Origin of the Martial Art

In 1720-1726 a Shaolin nun Ng Mui opened the secrets of Kung Fu to one of the girls, Yimm Wing Chun, whose name signifies “hope for the future”. She became the mother of a new style of martial art handed down from generation to generation. About 200 years descendants of Wing Chun kept the family secret.

Then Wing Chun split into two branches one being developed in Hong Kong and the other in Vietnam.

Vietnamese Wing Chun spread over several countries, including Australia and the USA. Hong Kong sub-style differs the others by a more sportive method of training. Among its followers was the famous actor Bruce Lee, holder of 3<sup>rd</sup> Dan.

Wing Chun can be characterized by agile punches, low kicks, close distance and effectiveness. The Wing Chun fighter strikes straightforwardly without any twists. He uses a unique method of sticking to the opponent’s hands and constant “Nim Tow” control. Light touch of the opponent’s hand allows to read his thoughts and be ahead by one step (strike). Nim Tow develops extraordinary sensitiveness of hands and allows masters to fight blindfolded for a few minutes escaping strikes or parring them.

The method of “binding” the opponent’s hands together is also applicable. The Wing Chun fighter briskly holds two hands of the opponent by one hand leaving the opponent no chance to defend while his other hand delivers a punch. Similar grips are used in other Kung Fu styles having their origin in Shaolin, but in Wing Chun this technique is the most efficient and requires little force. Wing Chun kicks differ from those in karate or thekvondo. These kicks are quick and straight. Leg blocking and warding the opponent’s legs off are mostly elaborated. Combined attacks do not cease for a moment throughout a duel. Concentration of strikes is so high that it seems that the fighters just beat indefatigably each other forgetting about defense. In fact all strikes are blocked. Strikes and blocks are performed simultaneously, often by one hand.

**Combat Techniques**

**Боевое искусство винг-чунь развивается в Ро**

парадоксально, что при нашем ажиотаже вокруг восточных единоборств, мы проигнорировали скромно предложенный нам Учение... / ОЛЕГ ДЕЕВ

**Словарная искусства**

В 1720-26-м годах шаолиньская монахиня Мау Май Лао Ни передавала секреты монгольского кунг-фу своей ученице Нгунг-Чунь, чье имя в переводе означает «дежда на будущее». Она стала «природной» нового стиля боевого искусства, создавшего из поколения в поколение почти двести лет потомки Винг-Чунь хранят семейный секрет.

Вьетнамец Нгуэн Тэ Конг, китаец вьетнамского происхождения, проник в тайны Винг-Чунь и передал их своим ученикам Ип Мену и Хо Хаю, положившим начало гонконгской вьетнамской ветвям школы.

Ип Мен, спасаясь от коммунистического террора Мао Цзэ-Дуна, покинул Китай и переехал в Гонконг. Одним из его учеников является знаменитый киноактер Брюс Ли, получивший из рук учителя 3-й дан и создавший позже на основе техники винг-чунь свой метод борьбы тао-джит-кундо.

В настоящее время школа Винг-чунь в Гонконге возглавляет мастер Леонг Тин и Чень (сын Ип Мена). Его ученики проводят семинары во многих странах от Австралии до США. Надо отметить, что гонконгская школа несколько изменила метод подготовки винг-чунь, придав ему гибкость.

Вьетнамец Хо Хай, получивший вместе с отцом патриарха винг-чунь боевой владением Хо Хай (Волной Драгон), активно участвовал в осадительной войне против французов в 50-х годах.

Мастер Ан выполняет отжимание на скамье с задержкой дыхания.

**Мастер Ан**

**Х**арактерными особенностями школы винг-чунь является изощренная техника рук, относительно низкие удары ногами, близкий — вплотную — бой, экономичность. Боец винг-чунь действует по прямой, эффективные удары «пяткой с разворота» не практикуются.

Уникальным является способ «приклеивания» к рукам противника и постоянный их контроль «ним-тоу».

Легкое

касание запястьем о кисть противника позволяет «читать мысли» и всегда опережать его на один шаг (удар). Ним-тоу вырабатывает феноменальную чувствительность рук и позволяет мастерам работать с завязанными глазами в течение нескольких минут, уклоняясь от наносимых им ударов или парируя их.

Применяется также метод «связывания» рук противника. Быстрым обманчивым движением боец берет одной рукой обе руки противника в «замок», абсолютно лишая противника возможности защищаться, оставляя себе вторую руку для удара. Нечто похожее есть и в других техниках кунг-фу, берущих начало от шаолиньской школы, но в винг-чунь этот прием наиболее экономичен, позволяет обходиться почти без применения силы.

Работа ногами в винг-чунь кардинально отличается от приемов каратэ или тхэквондо. Удары в основном короткие, прямые, много специфических подсеков, подбивов. Детально разработаны блоки ногами и отводы атакующих ног противника (ним-тоу ногами). Комбинации ударов ногами и руками не прекращаются ни на мгновение в течение всего поединка.

Плотность боя при этом такова, что создается впечатление, что бойцы просто «молотят» друг друга, не думая о защите. На самом деле все удары блокируются. И блок и удар делаются одновременно, часто одной рукой.



Wing Chun is an exclusive fighting style; contests can be held with significant restrictions as with aikido.

Barehanded fighting techniques are offered alongside with various weapons, half meter sticks (Dragon Poles) and long knives (Dao Butterfly Swords).

Use of weapons makes part of Wing Chun training. Other important courses include physical training and respiratory gymnastics (Khi Cong). This original respiratory gymnastics is based on yoga and in large part imitates it. Health-improving effect of Khi Cong is beyond compare as regards aerobics or shaping. Absolute control over one’s body, high flexibility of joints, iron-strong muscles withstanding heavy impact loads, and healthy organism easily sustaining physical and psychological overloads, all remaining to the extreme age — is Khi Cong.