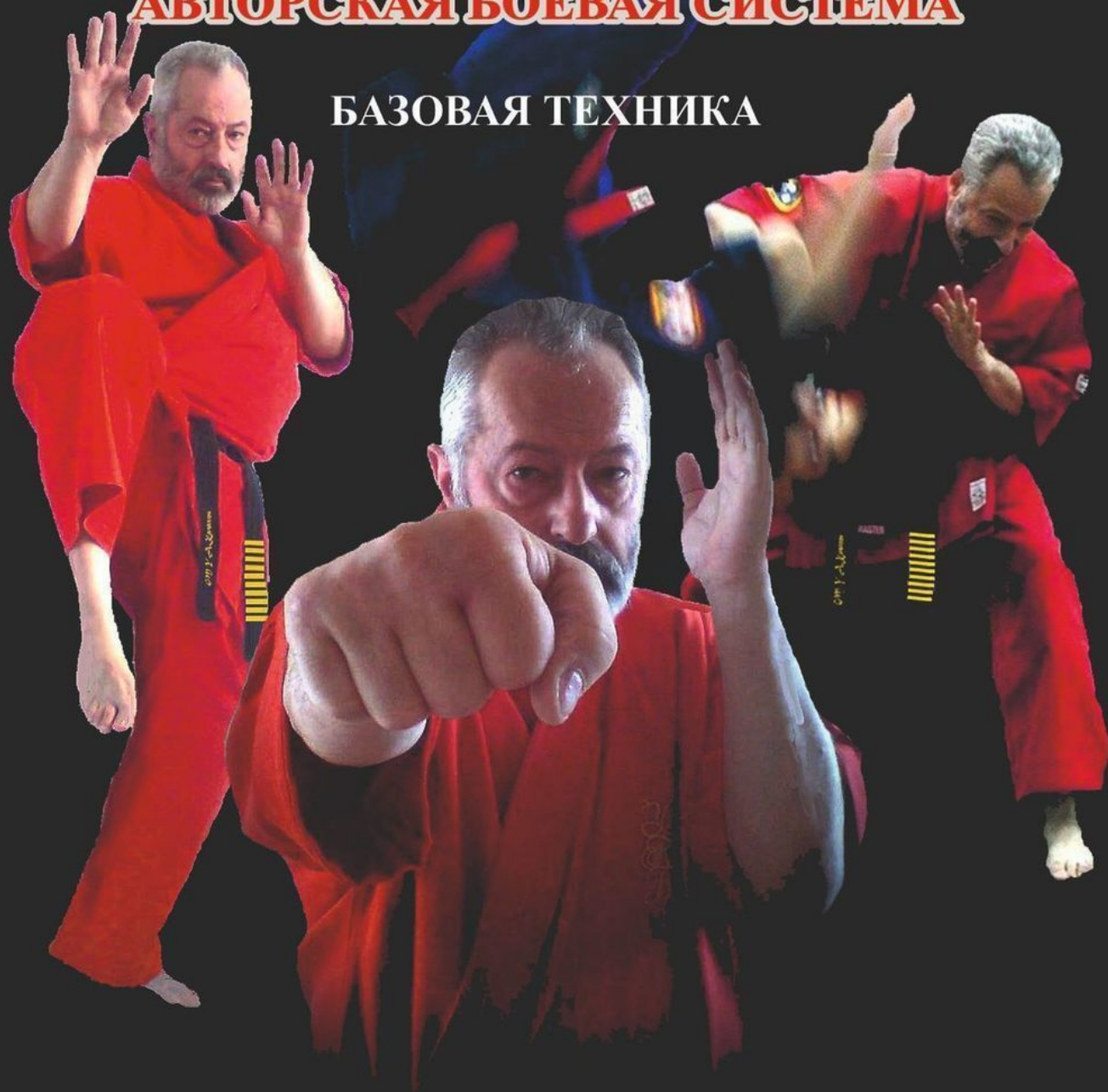


Ю.А.КОСТРОВ
В.А.МОРОЗОВА

АГНИ КЭМПО

АВТОРСКАЯ БОЕВАЯ СИСТЕМА

БАЗОВАЯ ТЕХНИКА



Книга 1

Ю. А. Костров

**АГНИ КЭМПО. Современная
авторская боевая
система. Базовая техника**

«Издательские решения»

Костров Ю. А.

АГНИ КЭМПО. Современная авторская боевая система. Базовая техника / Ю. А. Костров — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-856686-8

Эта книга — учебное пособие для индивидуальной подготовки. Она рассчитана на широкий круг читателей, любителей боевых искусств, клубных инструкторов и тренеров силовых структур. В книге дан уникальный материал по истории, генеалогии и философии Агни Кэмпо. Представлена эксклюзивная техника 1-го Уровня, основы психофизической подготовки и многое другое. С этим учебником вы сможете заложить фундаментальные основы самозащиты. Книга является первой из готовящейся серии учебников по Агни Кэмпо.

ISBN 978-5-44-856686-8

© Костров Ю. А.
© Издательские решения

Содержание

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ	6
ВВЕДЕНИЕ	7
ОТ АВТОРОВ	8
Конец ознакомительного фрагмента.	18

АГНИ КЭМПО

Современная авторская боевая система. Базовая техника

Ю. А. Костров
В. А. Морозова

© Ю. А. Костров, 2019

© В. А. Морозова, 2019

ISBN 978-5-4485-6686-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Авторы предупреждают, что многие методы и техники, описанные в данной книге, при неправильном использовании могут быть опасны для здоровья и жизни.

Авторы не несут ответственности за нежелательные последствия в результате их неумелого применения.

ВВЕДЕНИЕ

Авторы этой книги, Грандмастер Юрий Анатольевич Костров и Грандмастер Вера Алексеевна Морозова посвятили всю свою жизнь созданию и совершенствованию собственного, современного, фамильного боевого искусства. Являясь, соответственно, потомками черкасских и кубанских казаков, и основываясь на собственном генетическом опыте, они воссоздали полноценную, современную казацкую боевую систему подготовки, самообороны и выживания. Отбирая и улучшая методы боевых систем разных стран и народов, они основали оригинальную международную Школу подготовки бойцов. Созданный ими стиль уникален по своим характеристикам и позволяет, практически из каждого человека со средними способностями сделать настоящего, умелого воина. Зная их многолетний практический опыт и Генеалогию стиля, данную в этой книге, можно с уверенностью сказать, что Ю.А. Костров и В.А. Морозова являются одними из Патриархов боевых искусств мира.

Данная книга – это учебное пособие для индивидуальной подготовки. Она рассчитана на широкий круг читателей – любителей и профессионалов боевых искусств, клубных инструкторов и тренеров силовых структур.

В книге дан краткий исторический обзор развития древнеславянских единоборств, истории казацких стилей, философии и генеалогии УКБ Агни Кэмпо, представлена базовая техника данного стиля, основы психофизической подготовки и многое другое. Конечно, невозможно в одной книге изложить все нюансы целой авторской системы, так как она передаётся непосредственно, от инструктора ученику, в устной и практической форме. Но, тем не менее, этот учебный материал является хорошим дополнением, для тех, кто готов идти по Пути Агни Кэмпо, добиваясь самого высокого уровня мастерства, чтобы стать более совершенной личностью.

Мы надеемся, что книга поможет молодым людям не только приобрести надёжный технический фундамент этой школы боевого искусства, но также посеет в их душах зерно уважения к истории и боевым искусствам народов нашей Земли.

Данная книга является первой, в серии учебных пособий по УКБ Агни Кэмпо, готовящихся к выходу в свет.

**Международный Совет
ВОУКБК АГНИ КЭМПО**

ОТ АВТОРОВ

Я родился в 1950 году, в г. Киеве, в СССР. Этой страны теперь нет на карте мира, но её великая история навсегда стала частью моей жизни. Мы были послевоенным поколением, детьми солдат-победителей разгромивших германский нацизм. Нас так и воспитывали, как потомков победителей. Все наши детские игры «в войну» были сюжетами из рассказов наших дедов и отцов. Большинство из нас были уличными мальчишками, потому что родители работали с раннего утра и до позднего вечера, чтобы обеспечить семью всем необходимым. С детства в нас воспитывали уважение к старшим, к нашим учителям, к данному слову и преодолению трудностей в достижении поставленной цели.

Драки были частью нашей жизни. И хотя я не любил драться, но всегда умел постоять за себя. Когда я шёл в первый класс, мой отец напутствовал меня словами: «Никогда не начинай драку первым, но если нет другого выхода – бей». Я так и поступал. К сожалению, учителя никогда не видели начала конфликта, но, почему-то, всегда замечали мой «опережающий удар». Наверное, по этой причине все страницы «Дневника успеваемости» за 1-й класс были красного цвета. Наша классная руководительница, каждый день, красными чернилами, вписывала в него всё новые и новые замечания за плохое поведение и драки, с просьбами к родителям посетить школу. Конечно, мой отец проводил со мной воспитательные беседы, но когда я честно рассказывал, как всё было, успокаивался и наставлял уметь постоять за себя так, чтобы никто ничего не видел. Очевидно, это обстоятельство заставило меня хорошо подумать и сделать мои действия незаметными, очень быстрыми и точными. А мой дневник за 1-й класс, родители, ещё много лет сохраняли, как вещественное доказательство наличия в нашей семье «очень живого» ребёнка.

Я никогда не был отличником по успеваемости, по большинству предметов получал тройки и четвёрки. Но, было два школьных предмета, где я чувствовал себя, как «рыба в воде» – это пение и физкультура. Я действительно любил эти предметы, но получалось, как в известном старом анекдоте: в конце учебного года сын приносит домой табель успеваемости, в котором одни двойки и только одна пятёрка по пению. Отец долго смотрит в табель и наконец, с вопросом и возмущением говорит: «Посмотрите на него! Он ещё и поёт!?!». И вот, в 4-ом классе произошёл случай, который, как я понял через много лет, повлиял на весь мой жизненный путь. В конце учебного года, на уроке физкультуры, наш преподаватель, Михаил Андреевич, мастер спорта по боксу, посадил девочек на скамейку, как зрителей, а мальчикам дал боксёрские перчатки и разбил на пары. В то время я был самым маленьким в нашем классе, но уже с приобретёнными в уличных баталиях качествами быстроты, ловкости, бесстрашия и с хорошей природной реакцией. Я выиграл этот мини-турнир, победив в финальном бою одного второгодника, который был намного выше и тяжелее меня. Через несколько дней меня вызвали в спортзал, где я увидел нашего преподавателя физкультуры с каким-то крупным мужчиной и мальчишку из параллельного класса. Нам дали боксёрские перчатки и Михаил Андреевич скомандовал: «Бокс!». Бой длился не больше минуты. Я не хотел бить этого мальчика и, в основном, уходил уклонами и нырками, которым меня научили уличные драки. Потом я нанёс один точный удар в нос. На этом всё и закончилось. Так, в 10 лет, я был отобран в школу бокса спортивного общества «Динамо».

В динамовской школе я прозанимался два года, до очередных соревнований, которые посетила моя мама. После этого она сказала, что я буду заниматься боксом «только через её труп». Я был расстроен. Но я очень любил мою маму и не посмел её послушаться. Однако, жажда борьбы не давала мне жить спокойно. Вместе с местными мальчишками я продолжал играть в «войнуху»: в «белых и красных», в «немцев и русских», в «полицаев и партизан», в «сыщиков-разбойников», благо было где. В нашем дворе стоял остов, разрушенного бомбой во время

войны, семиэтажного дома. Это и было основным местом «войнухи». Но играли мы везде: на развалинах, в подвалах, на чердаках и крышах близлежащих домов. В одной из игр ставилась задача, пройти весь квартал по чердакам и крышам домов. Конечно, сейчас это выглядит глупо и очень опасно, ведь перепад высот составлял от 3-х до 7-ми этажей. Но в те годы, других игр мы не знали. И всё-таки, именно эти «забавы» развили в нас чувство дистанции, бесстрашие, ловкость преодоления препятствий и товарищество. И вот, в один прекрасный летний день, я решил взобраться на «развалку», на тот самый разрушенный дом в нашем дворе. Ребята остались внизу и подбадривали меня советами. Шаг за шагом, выступ за выступом, этаж за этажом я продвигался всё выше и выше, стараясь не смотреть вниз. И вот, наконец, я на самом верху, на выступе балкона 7-го этажа. Ребята внизу победно кричали, а мне

было не до крика, потому что я понял, слезть не сумею. Сверху не было видно выступов, на которые можно было опереться. Снимали меня, вызванные кем-то, пожарники. Когда я оказался на земле, один из пожарных дал мне такой пинок под зад, что я пролетел метра три. Наверное, именно этот удар, выбил из моих мозгов страсть к подобным авантюрам. Когда родителям стало известно о моих приключениях на «развалке», они решили, что с моей энергией надо что-то делать и отдали меня в секцию борьбы самбо. Я попал к замечательному тренеру, одному из родоначальников спортивного и боевого самбо в СССР и Украине, Роману Александровичу Школьникову.



Основатель

боевого и спортивного самбо в Украине, Заслуженный тренер СССР

Роман Александрович Школьников

В 1964 году дзюдо стало олимпийским видом спорта. В 1965-ом, на киноэкранах СССР, прошёл известный фильм, по сценарию Акиры Кurosавы «Гений дзюдо», который стал вехой на моём Пути в боевых искусствах. После просмотра этого фильма, все мальчишки, и я в том числе, стали мечтать о белых кимоно дзюдоистов. Повсеместно, в спортивных обществах стали создаваться секции дзюдо. Такая группа была создана и в спортивном обществе «Локомотив», моим тренером по самбо. Так начался путь в дзюдо, по которому я дошёл до звания «Мастер спорта СССР» и... тяжёлой травмы спины. Вердикт врачей был окончательным: «Вам нельзя больше заниматься дзюдо. Вам нужно избегать падений на спину». Но я был полон энергии. В 19 лет прощаться навсегда со спортом не хотелось. У меня было огромное желание бороться и побеждать. В то время, в СССР каратэ было практически неизвестно, хотя первая секция официально появилась в Москве в 1969 году. Но Киев не Москва. Здесь тогда о каратэ никто

ничего не знал, и я вспомнил о боксе. Конечно, мне помогали навыки, приобретённые в уличных схватках и детской секции бокса, и за год занятий я прошёл путь от новичка до «Кандидата в мастера спорта». И вновь травма, на тренировке. При подготовке к чемпионату Украины я случайно пропустил тяжёлый удар спарринг-партнёра. Как результат, отслоение сетчатки левого глаза. С боксом пришлось попрощаться. После лечения глаза я начал понемногу тренироваться. Восстанавливать физическую форму и главное, решил и начал «закачивать» спину, которая периодически давала о себе знать.

Наступил 1971 год. Вынужденный академический отпуск в Киевском Государственном институте физической культуры и спорта плавно перешёл в службу в рядах Советской Армии. Я принял присягу и начал отдавать мой воинский долг Родине. Я не буду рассказывать, где и кем я служил, но в армии я продолжил бороться и принимать участие в чемпионатах по спортивному самбо, одновременно пройдя специальную подготовку по боевому самбо. Здесь же я впервые увидел, и узнал, что такое каратэ. Моим преподавателем стал офицер, который познакомился с каратэ во время службы на Дальнем Востоке. Его каратэ носило таинственное, для меня в то время, название «Сётокан»¹. Все эти знания и навыки пригодились мне чуть позже, когда я принимал участие в боевых действиях. Мне пришлось, впервые, увидеть смерть моих товарищей. Я не хотел воевать, но был дан приказ. В меня стреляли, и я стрелял в ответ.

В 1973 году я демобилизовался из армии и вернулся в Киев. Сразу же восстановился в институте и решил не только продолжать изучение каратэ, но посвятить мою жизнь изучению боевых искусств. Я сдал необходимые экзамены и получил удостоверение тренера по каратэ в ДСО «Локомотив». Однако, вскоре после этого каратэ было официально запрещено на всей территории СССР. Тогда стали образовываться подпольные группы по его изучению. Опытных инструкторов в Украине практически не было. Мы доставали самиздатовские перепечатки книг по каратэ, большей частью, очень плохого качества. Так я углубился в изучение техник и ката каратэ Годзю-рю² и Кёкусинкай³. Это продолжалось до 1976 года, когда я, пребывая в командировке в столице Бурятии, городе Улан-Удэ, познакомился с первым живым Мастером гун-фу⁴ и, впоследствии, моим Учителем Го Юанем. С ним я начал постигать не только технику его родовой школы «Шан Дао Цюань», но и азы буддистской медитации. Периодически обучаясь под руководством Учителя Го, изучая не только его стиль, но и себя, я пришёл к заключению, что в каждом стиле чего-то для меня не хватало. В дзюдо не было ударов, в боксе и каратэ я не мог использовать броски, удушающие и болевые приёмы. Я никогда не выделялся выдающимися силовыми способностями и понимал, что если я противопоставлю свои удары ударам противника, масса которого намного больше, я обречён на поражение. Тоже может случиться, если я буду использовать против такого противника только броски. Это меня привело к мысли о необходимости умелого сочетания ударной и бросковой техники для достижения победы в бою против более тяжёлого, а значит и более сильного оппонента. В этот же период я принимал участие в подпольных боях, которые теперь, в угоду рекламе, называются «боями без правил». Конечно, тогда тоже были правила, о которых договаривались заранее, но они были,

¹ Сётокан (яп., «дом колышущихся сосен» или «зал сосны и моря»). Один из основных стилей японского каратэ, разработанный выдающимся популяризатором и преподавателем каратэ Фунакоси Гитином (1868—1957) и получившим дальнейшее развитие благодаря его сыну Фунакоси Ёситакэ. Направление получило название «Сётокан» от литературного псевдонима Фунакоси – Сёто. На эмблеме стиля изображён тигр.

² Годзю-рю – один из основных окинавских стилей каратэ, сочетающий комбинации жёсткой и мягкой техники. Основанный в 1920-х годах мастером Тёдзюном Мияги (1888—1953). Один из наиболее распространённых стилей каратэ, существующий в трёх основных вариантах – окинавском, японском и американском.

³ Кёкусинкай (яп., «общество высшей истины»), или кёкусин (яп., «высшая истина») – стиль каратэ, основанный Масутацу Оямой в 1950-х годах. Кёкусинкай считается одной из самых трудных и жёстких разновидностей каратэ.

⁴ Гунфу – (кит., «высшее мастерство» в чём либо или «высшая точка» чего либо). Имеет тоже значение, что и ушу – общее название для всех боевых искусств, существующих в Китае. В разное время и в различных местах для этой цели использовались разные термины, поэтому искать в их различии какой-то глубокий философский смысл абсолютно неправильно.

для того времени, очень жёсткими и максимально приближёнными к реальности. Бои проводились в каких-то подвальных помещениях, заброшенных стройках, а иногда на Трухановом острове⁵, возле Днепра. В большинстве случаев я побеждал, и это давало небольшой заработок, но главным был приобретённый опыт и осознание того, что моя теория и мои методы работают. Кроме этого, изучая историю боевых искусств мира, я узнал, что в древней Руси, у казаков, было своё особое боевое искусство, а так как мой прадед по линии отца, Пётр Яковлевич Левченко, был из древнего рода черкасских казаков, то возрождение собственной, родовой системы, стало целью всей моей последующей жизни. Из рассказов моего отца я знал, что мой прадед принимал участие в русско-японской войне 1904—1905 г.г. и приволок из разведки языка, японского офицера с сумкой документов, за что бы награждён георгиевским крестом. Отец также рассказывал, что когда он учился в школе, то прадед показал ему несколько приёмов, которые впоследствии не раз выручали его в школьных баталиях и в рукопашных схватках в годы Великой Отечественной Войны. Всё это побудило меня в 1984 году начать работу по воссозданию древнего искусства боя моих предков в виде собственного авторского стиля. Работать приходилось снова в подполье, так как в 1981 году каратэ и подобные ударные единоборства запретили в очередной раз. Я работал тренером в военно-патриотическом клубе, в одном из районов Киева. Главной задачей этого клуба была подготовка молодёжи к службе в армии. Обучая в этом клубе молодых ребят искусству дзюдо, мной была создана группа единомышленников, которая стала главной научной лабораторией по созданию нового стилевого направления. Работы было много. Надо было собирать материалы по истории и технике разных стилей единоборств, досконально изучать их методы подготовки, опробовать эти методы в «лаборатории», отбрасывая всё не реальное и малоэффективное. Я понимал, что хочу создать не вид спорта, а настоящее многоцелевое боевое искусство с методами воспитания, оздоровления и выживания личности в современном мире. Так, очень постепенно, начала зарождаться философия новой системы, которая, вскоре, была выражена в «10-ти заповедях кулачного бойца».

К концу 1987 года основная работа по созданию нового авторского стиля боевого искусства была закончена. Стилль получил название «Русский кулачный бой» и стал первой системой кулачного боя воссозданной на территории СССР. Но, до выхода из подполья оставалось ещё два года.

Благодаря «Перестройке», которая началась в 1986 году, можно было уже более открыто говорить о различных видах единоборств. И вот, однажды, пребывая в Москве по личным делам, я познакомился с корреспондентом японской газеты «Ёмиури синбун», который очень заинтересовался моим рассказом о новом виде единоборства. Он взял интервью, несколько фотографий и, вскоре, в Японии, в этой газете была напечатана небольшая заметка о моей системе боя. В этом же году украинская «Спортивна газета» напечатала несколько статей о новом созданном стиле. Чуть позже я был приглашён принимать участие во Всесоюзной конференции по созданию «Советской Ассоциации Восточных Единоборств» (САВЕ). Во время практической части конференции нам, участникам со всего Союза демонстрировали различные стили единоборств, культивируемые в то время в СССР. Здесь я впервые увидел известного тренера и основателя системы отечественного рукопашного боя Тадеуша Рафаиловича Касьянова⁶. Но меня лично не удовлетворили выступления его учеников. Во-первых, я не увидел синтезированной системы. Это была «амальгама»⁷. Во-вторых, вся терминология была на корейском и японском языках, что противоречило декларированию данной системы, как

⁵ Труханов остров – остров на Днепре, расположенный напротив исторического центра города Киева, между главным прудом Днепра и его рукавом Десёнкой.

⁶ Тадеуш Рафаилович Касьянов (род. 14 ноября 1938) – советский и российский спортсмен, актёр, каскадёр и постановщик трюков, президент Всероссийской федерации рукопашного боя и традиционного каратэ.

⁷ Амальгама – в переносном смысле, разнородная смесь; сочетание, соединение чего-либо разнородного.

отечественной. Я понял, что в собственных разработках нахожусь на правильном пути, так как в основу терминологии созданной системы был положен древнеславянский язык.

Наступил 1989 год. Мы, я и моя супруга, Вера Алексеевна Морозова, которая все эти годы неустанно помогала мне в работе над созданием нашего семейного стиля, продолжали технически и методически совершенствовать эту систему. Перестройка в стране продолжалась. Разрешили заниматься бизнесом и создавать кооперативы. Основная масса наших учеников ринулась зарабатывать деньги. У многих появились семьи и дети. Но те, кто остался на Пути, продолжили тренировки. Спортивные газеты и журналы Украины уже открыто писали о новом стиле единоборств «Русском кулачном бое», но неожиданно, в России стали появляться секции и школы русского кулачного боя, которые не имели никакого отношения к нашему стилю. В это же время, в Союзе, официально разрешили занятия не только каратэ но, и другими, ранее запрещёнными, единоборствами. Стало проще выезжать за границу, и мы совершили турне по странам Восточной Европы в поисках мастеров и испытания нашего стиля. В Болгарии и Польше мне удалось спарринговать с мастерами годзю-рю каратэ, хакко-рю⁸ и кёкусинкай, а в Венгрии, на Чемпионате Европы по Кёкусинкай каратэ, лично познакомиться с Гранд-мастером каратэ и основателем «Общества окончательной истины», Сосае Оямой Масутацу⁹.



Основатель
Кёкусинкай каратэ
Сосай Масутацу Ояма

Это турне показало, что наша система не только не уступает восточным единоборствам, но и во многих аспектах превосходит их традиционалистские воззрения. После нашего возвращения в Украину мы официально зарегистрировали «Международную Организацию Универсального Кулачного боя Ю.А.Кострова Агни Кэмпо», тем самым узаконив наш стиль – УКБ Агни Кэмпо.

⁸ Хакко-рю – (яп., «Школа восьми лучей»). Относится к традиции дзю-дзюцу. Основатель – Окуяма Рюхо. Первая школа, открывшая широкой публике тайну техник «гокуи». Хакко-рю дзю-дзюцу было очень высоко оценено правоохранительными органами, как в Японии, так и во всём мире, а сам основатель преподавал после войны Хакко-рю в японской полиции.

⁹ Масутацу Ояма (1923—1994) – выдающийся мастер и преподаватель каратэ. Один из самых знаменитых представителей боевых искусств, обладатель 10-го Дана. Популяризатор истинного каратэ в Японии и других странах мира. Создатель собственного стиля, которому дал название Кёкусинкай. Автор большого количества популярных книг о Кёкусинкай каратэ, организатор национальных и мировых спортивных соревнований по Кёкусинкай каратэ. Основав свой стиль, быстро завоевавший славу «сильнейшего каратэ», Ояма создал и, до своей смерти в 1994 году, возглавлял Международную организацию Кёкусинкай, членами которой стали несколько миллионов человек из многих стран мира.

Сразу после регистрации, по решению Президиума организации и Совета Чёрных Поясов, мне и Вере Алексеевне Морозовой были вручены Свидетельства и пояса 4-й и 3-й Байсы¹⁰, соответственно.

В это же время мы получили приглашение от Президента Болгарской Федерации УШУ, доктора Дорияна Александрова¹¹, посетить Софию и принять участие в учебном семинаре по Вин-Чунь¹² под руководством легендарного Грандмастера из Гонконга Леун Тиня¹³, друга Брюса Ли¹⁴ и ученика Великого Ип Мана¹⁵.

Высшей техникой нашего стиля является умение вести плотный ближний бой, «прилипать» к противнику, «связывать» его действия, мешая проводить атаки и защиты. Эти методы органично представляли главный принцип тактики наших бойцов – «Защита в атаке». Поэтому, еще ранее, изучая Вин-Чунь, мы постарались отобрать из этого стиля наиболее рациональные техники и методики, которые можно было творчески переработать для Агни Кэмпо. Конечно, мы с радостью согласились посетить учебный семинар в Болгарии, чтобы познакомиться с большим мастером ближнего боя и на практике убедиться в правильности наших творческих решений. То, что мы увидели на этом семинаре, позволило нам сделать следующие выводы: во-первых, данный стиль не позволяет большим и физически мощным людям, в полной мере использовать их природные особенности; во-вторых, в этом стиле нет методов для специальной подготовки тела к приёму ударов; в-третьих, этот стиль не подходит славянской ментальности; в-четвёртых, мы сделали правильный отбор техники из Вин-Чунь для нужд нашего стиля, творчески подстроив её под славянский менталитет. Всё это мы увидели и поняли в первый же день семинара. В этот день произошёл инцидент, который настроил мастера Тиня против нас. В середине тренировки он построил всех участников и, подходя к каждому, просил схватить его за запястье руки, чтобы продемонстрировать освобождение от захватов в его стиле. Очередь дошла до моей супруги. Она сделала захват, как привыкла его делать на наших тренировках. Господин Тинь дёрнулся всем телом один раз, второй, третий... Освобождение не получалось. Я незаметно дотронулся до локтя Веры, давая понять, что надо отпускать... После того, как Леун Тинь убрал свою руку, он повернулся ко мне и сказал, через переводчика: «У Вас очень агрессивная жена». Я ответил: «Меня это устраивает». На следующее утро все прибыли для участия во втором дне семинара. Мы отдыхали на небольшом диване, перед залом, ожидая приезда мастера Тиня. Когда он вошёл в помещение, мы, как и все участники, встали и поклонились мастеру. Он собрал инструкторов и, не подозревая, что мы понимаем английский, сказал: «Русским больше ничего не показывать». Но так как мы уже увидели всё необходимое, дальше нам стало не интересно. Проведя ещё два замечательных дня в весенней Софии, мы вернулись домой.

Продолжая тренировать наших учеников, мы заметили, что среди них встречаются молодые ребята, которые «горят» желанием испытать себя в соревнованиях. Поэтому в 1992 году,

¹⁰ Байса – древнерусское слово. Имеет то же значение, что и «дан» в восточных единоборствах.

¹¹ Дорриан Александров – выдающийся деятель и популяризатор боевых искусств Болгарии. Специалист по древнему болгарскому оружию. Автор многих книг по внутренним стилям ушу.

¹² Вин-Чунь – (кит. Юньчунь – «Вечная весна») китайская школа ушу. Использует множество боевых техник и по этой причине считается прикладным стилем. Характерными особенностями являются плотный ближний бой, уходы с линии атаки, прямолинейные атаки локтями и коленями, техника «прилипания» к противнику.

¹³ Леун Тинь – мастер стиля Вин-чунь из Гонконга. Последователь школы Грандмастера Ип Мана. Основатель и Президент Международной Ассоциации Вин-Чунь.

¹⁴ Брюс Ли (1940—1973) – детское имя Ли Сяолун; взрослое имя Ли Чженьфань. Из Гонконга. Изучал Вин-Чунь гунфу в школе Ип Мана. Популяризатор и реформатор в области китайских боевых искусств. Гонконгский и американский киноактёр, режиссёр, сценарист, продюсер, постановщик боевых сцен и философ. Создатель собственного стиля Джит Кун До.

¹⁵ Ип Ман (1893—1972) – мастер китайских боевых искусств. Представитель стиля Вин-Чунь. Первый, кто в 50-х годах, в Гонконге, начал открыто преподавать гунфу Вин-Чунь, которое до той поры оставалось клановым. В Европе и Америке известен также, как учитель Брюса Ли.

по приглашению Российской Федерации Асихара-каратэ¹⁶, мы привезли в Москву нашего ученика из первой генерации, Юрия Бруенко. Юра успешно проводил поединки, уверенно побеждая своих соперников. В результате он стал чемпионом в весовой категории до 65 кг, продемонстрировав два великолепных нокаута.

Уже летом 1993 года мы смогли провести международный лично-командный турнир по правилам Универсального Кулачного Боя в киевском Дворце спорта. В турнире принимали участие Чёрные Пояса из пяти стран, которые представляли более 20 стилей восточных единоборств, таких как: Окинава-тэ, Асихара-каратэ, Кёкусинкай каратэ, Ниндзюцу, Косики каратэ и многие другие. Наша команда заняла первое место, а мои ученики стали призёрами и чемпионами во всех весовых категориях. Эти соревнования явились подтверждением правильности наших двух основных методических принципов:

1. От простого к сложному.
2. От медленного к быстрому.

Во время проведения турнира в Киеве, во Дворце спорта, В.А.Морозовой и мне были вручены Свидетельства и пояса 4-й и 5-й Байсы.

В 1995 году, в рядах нашей организации начали проходить подготовку сотрудники спецподразделений МВД Украины «Сокол»¹⁷ и «Беркут»¹⁸. Так, на неофициальной основе, мы начали передавать наш опыт и знания украинским спецслужбам и совершенствовать нашу систему в этом направлении.

Создавая наш стиль, мы предполагали сделать его не застывшей, раз и навсегда, структурой, как большинство, традиционных стилей восточных единоборств, а живой системой, обладающей способностью обновляться, динамически и постоянно развиваться, чтобы идти в ногу с предъявляемыми вызовами времени. Учитывая то, что УКБ разрабатывался на основе естественных рефлексов человеческого тела, эти реакции были подробно изучены, проанализированы, усовершенствованы и приспособлены к выживанию в различных конкретных ситуациях. Таким образом, постепенно были разработаны основополагающие принципы Универсального Кулачного Боя, требования к ученикам, даны определения самообороны и рукопашного боя в системе УКБ Агни Кэмпо. Также, были усовершенствованы методы ближнего боя, работы с оружием и техники нейтрализации вооружённого противника.

С самого начала её создания, система была предназначена для подготовки специальных сил армии, полиции и служб безопасности. Но мы понимали, что подготовленный по нашим программам ученик должен как-то проверять свои приобретённые навыки, для корректирования собственного пути в рамках нашего стиля. Мы не доверяем стилям и системам, в которых нет тестовых поединков в полный контакт, и которые не проверяют своих студентов в состязаниях, против других стилей. Ведь надо периодически испытывать физическую, техническую и психическую готовность своих адептов действовать в экстремальной ситуации. Это необходимо каждому инструктору, а тем более основателю собственной системы подготовки для контроля и проверки правильности принципов самого стиля. Поэтому, мы решили открыть в нашей организации спортивное направление и создали семь видов правил соревнований, начиная с правил детских турниров и заканчивая правилами профессиональных соревнований. Мы уделяли много внимания спаррингам и создали также собственные правила для проведе-

¹⁶ Асихара-каратэ – контактный стиль каратэ, основанный мастером Кёкусинкай и учеником Масутатсу Оямы Хидэюки Асихарой в 1980 году. Развивался под его руководством до смерти мастера в 1995 году. В настоящее время развитием стиля руководит его сын – Хидэнори Асихара. Официальное название его организации – Новый международный клуб ассоциации каратэ «Асихара». Стиль преподаётся в Высшей полицейской академии Японии.

¹⁷ «Сокол» – специальное подразделение быстрого реагирования Управления по борьбе с организованной преступностью УМВД Украины, в задачу которого входит силовое обеспечение оперативно-розыскных мероприятий, проводимых сотрудниками УБОП по борьбе с наркобизнесом.

¹⁸ «Беркут» – подразделения милиции специального назначения при территориальных управлениях Министерства внутренних дел Украины.

ния экзаменационных тестов от 10 до 50 поединков без остановки. После выступления наших учеников в 1992—93 г.г. был сделан небольшой перерыв для корректировки методов нашего стиля, но начиная с 1996 года, мы возобновили выступления на соревнованиях и начали выставлять наших, наиболее подготовленных бойцов на чемпионаты разного уровня по контактным стилям единоборств. Это были такие стили, как Кёкусинкай каратэ, Асихара-каратэ, полицейское дзю-дзюцу, Кэмпо и другие. За десять лет, вплоть до 2006 года, наши ученики стали призёрами многих международных турниров, чемпионами Европы и мира.

Принципы, разработанные в системе УКБ, позволяют заниматься нашим стилем людям любого возраста, поскольку эффективность применения наших методов зависит не столько от наличия силы, сколько от знаний определённых физических законов, анатомии человеческого тела и умения применять эти знания на практике. Кроме «Основополагающих принципов» существуют ещё и системные принципы, которые передаются устно и постепенно, от инструктора ученику в течение нескольких лет.

Большое внимание в УКБ Агни Кэмпо уделяется самообороне личности и её выживанию в экстремальных ситуациях. Мы понимали, что чем больше количественный показатель знаний человека в области самообороны, тем выше его избирательность перед лицом реальной опасности. Был проведён элементарный математический анализ, который показал, что если все технические элементы Агни Кэмпо выложить, например, на доску стоклеточных шашек, то их варианты дают десятки тысяч приёмов, которые можно применить во множестве жизненных ситуаций. Однако, для успешного применения полученных знаний, бойцу также необходима высокая стрессоустойчивость. Для этого мы создали специальные методы дыхания, техники концентрации в рамках нашего стилевого направления, которые проверены многими годами деятельности и медицинскими исследованиями. Можно утверждать, что мы создали собственную школу медитативной практики. Наши методы не только делают из человека хорошего бойца, но создают из него гармоничную личность, способную приносить пользу людям.



Доска для стоклеточных шашек

В связи с победами наших учеников и личной деятельностью по развитию боевых искусств, за эти годы вырос наш личный статус. Нам были присвоены различные высокие титулы, ранги и пояса от многих ассоциаций, федераций и организаций боевых искусств мира, в том числе мастерами из Кореи и Японии. Однако, самыми дорогими для нас были и остаются Сертификаты о присвоении нам 9-ой и 10-й Байсы, которые вручили нам в 2000 году наши ученики, Чёрные Пояса, воспитанные нами чемпионы. Всю нашу деятельность, награды и сертификаты можно увидеть в Официальном сайте нашей организации,

по адресу: **www.kostrov.org.ua** и в многочисленных видео на этом же сайте. У нас большое чувство благодарности ко всем нашим ученикам, потому что, мы не только обучали их, но и сами многому у них научились. Особенно хочется выразить нашу благодарность Олегу Чуканову¹⁹, Юрию Бруенко, Владимиру Билану, Андрею Геркену, Юрию Лабзюку, Богдану Рапацкому, Олегу Даценко, Денису Воронину, Ярославу Безрукову и многим другим.

Продолжая наш Путь в УКБ Агни Кэмпо, ведя наших ребят по пути тяжёлых испытаний на тренировках, экзаменах и соревнованиях, мы учим их не мечтать о победе, а просто хорошо выполнять свою работу, проверяя личные возможности в данный момент времени. А жизнь предъявляет всё новые и новые испытания. К ним нужно быть готовым постоянно, так как последние годы показывают, что агрессивность во всём мире, к сожалению, растёт. Недавно, на одного нашего тринадцатилетнего ученика, по сути мальчика, который тренировался у нас всего полгода, на улице напал взрослый мужчина. Наш ученик «вырубил» его одним ударом.

Бойцы Агни Кэмпо всегда готовы!

Уже начиная с этой первой книги, мы будем давать читателям огромное количество очень ценного материала. Делаем мы это потому что, во-первых, обучение людей самозащите и выживанию по созданной нами, современной авторской системе Агни Кэмпо, уже давно стало главным делом нашей жизни. Кроме этого, за последние десятилетия, в разных странах мира появились многочисленные последователи нашей системы и мы надеемся, что эта и все последующие книги смогут донести до них важную и необходимую информацию. Книги, послужат мостиком между нашими учениками и нами, и таким образом, мы сможем больше узнавать о них, помогать им в их совершенствовании на этом Пути. Во-вторых, необходимо констатировать тот факт, что мы обучаем наших учеников только тому, что умеем сами. Учим тем техникам и методам, которые проверены лично нами и нашими последователями. Мы учим только тому, что действительно эффективно работает в экстремальных ситуациях. Потому что, в большинстве подобных ситуаций ваши фантазии, не имеющие никакого научного обоснования, не прошедшие испытаний на устойчивость навыка, скорее всего не сработают. Но чтобы это понять, вам необходимо расширить рамки своего объёмного восприятия окружающего мира и границы вашего сознания. Поэтому, именно сейчас, наша первая книга поможет вам сделать главный шаг, шаг к отказу от привычных стереотипов, чтобы войти в новую дверь понимания собственного «Я». В-третьих, чтобы начать изучение УКБ Агни Кэмпо, как системы реального боя, вам необходимо понять кто мы такие, чему мы обучаем, можно ли нам доверять. Без этого невозможно полноценное восприятие нашего материала и системы в целом. Особенно, без ДОВЕРИЯ. Доверие – это тот фильтр в вашем мозге, который даёт возможность проникнуть новому знанию в ваше сознание, а за тем остаться в подсознании в виде твёрдо усвоенных навыков. Какими бы вы не обладали природными талантами для продвижения в нашей системе, без ДОВЕРИЯ к инструктору, тренеру или учителю вы не продвинетесь ни на шаг. Второй фактор, который мешает ученикам продвигаться по нашему пути – это ЛЕНЬ. Все наши ученики, которые добились выдающихся успехов в боевых искусствах, стали успешными инструкторами и заслуженными тренерами не обладали выдающимися талантами в этой сфере. Откровенно говоря, они были середнячками. Но, главным их талантом было ТРУДОЛЮБИЕ. И с нашей помощью они СДЕЛАЛИ СЕБЯ.

Сегодня, в нашей системе Универсального Кулачного Боя Агни Кэмпо, существует несколько уровней обучения и разнообразных методик с которыми вы можете познакомиться на канале нашей Всемирной Организации (WKUFO), в Интернете, по адресу: **www.youtube.com/user/WKUFO1**. Также, вы сможете подписываться и заказывать все наши последующие книги в издательстве RIDERO или в нашей Организации. Но мы, более всего,

¹⁹ Олег Валерьевич Чуканов – ученик Грандмастера Ю. А. Кострова в 1982—1984 г. г. Мастер ушу. Заслуженный тренер Украины. Президент Национальной Федерации Ушу.

рекомендуем вам принимать участие в наших международных общих и тематических учебных семинарах, мастер-классах. Особенно, это касается тех, кто в дальнейшем захочет сделать Агни Кэмпо образом жизни, стать инструктором, а за тем и тренером. Это связано с тем, что в системе УКБ есть такие методические и технические тонкости, которые невозможно описать словами или отснять на плёнку. Их можно получить только при непосредственном общении с нами.

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.