

Jeet Kune Do

Storia, principi, scuole di pensiero

“Il Jeet Kune Do è solo un nome”

Bruce Lee.

Cos'è il Jeet Kune Do?

La “via per intercettare il pugno” così come lo stesso Bruce Lee, suo ideatore, l'aveva definita sul finire degli anni sessanta sfugge ad una definizione precisa.

Arte marziale o sistema di combattimento? Metodologia d'allenamento? Stile di vita? Tutte queste cose assieme?

Il Jeet Kune Do nasce, stando a quanto racconta la moglie Linda Lee, inizialmente dalla semplice necessità di evolvere e adattare alle proprie necessità il Wing Tsung, sistema di combattimento che Bruce Lee praticava ed insegnava anche agli occidentali.

Fu proprio questo fatto a metterlo in contrasto con la comunità cinese e a procurargli una sfida da parte di un loro campione.

Bruce vinse ma, a suo dire, con troppa difficoltà rispetto alle abilità marziali del suo avversario. Attribuì questo fatto alla limitatezza del proprio metodo di combattimento e intraprese una ricerca nell'ambito delle arti marziali per colmare le lacune che riteneva di avere e rendere più dinamico il suo “Kung Fu”.

Dal Wing Tsung al Jun Fan Kung Fu

A quanto riporta Dan Inosanto, all'epoca uno dei migliori allievi di Bruce Lee e oggi universalmente considerato una vera e propria enciclopedia vivente delle arti marziali, la ricerca di Bruce Lee lo portò ad integrare il proprio sistema con elementi presi dalle più disparate discipline marziali nonché a sfruttare l'esperienza fatta sul ring dei sistemi sportivi.

Il Jun Fan Kung Fu (Da Jun Fan, nome cinese di Bruce Lee) divenne una versione devastantemente migliorata del Wing Tsung che includeva oltre a tecniche di percussione prese da altri sistemi anche proiezioni, lotta in piedi e al suolo e tecniche di sottomissione. A questa prima fase di ricerca e sperimentazione, che Bruce Lee attuava in sparring con i suoi studenti più avanzati, ne seguì un'altra nella quale il neonato Jun Fan Kung Fu veniva elaborato in un discorso sul combattimento a più ampio respiro che includeva tattica e strategia, metodiche di allenamento e filosofia di vita.

Il Jeet Kune Do, la via per intercettare il pugno, prendeva per la prima volta forma.

La tua via sia non avere via, il tuo limite non avere limiti.

A “spingere” Bruce Lee verso questa nuova evoluzione fu ancora una volta un evento esterno. Durante una sessione di pesi particolarmente impegnativa probabilmente a causa di un riscaldamento eseguito male Bruce si lesionò la schiena eseguendo il “good morning” e fu costretto per sei mesi ad un riposo forzato.

Durante questo periodo non potendo lavorare sul corpo Bruce sfruttò il tempo che aveva per raccogliere, riorganizzare e rielaborare le sue teorie sul combattimento.

Da quegli appunti (che poi daranno vita al famoso libro “il Tao del Jeet Kune Do”) nasce per la prima volta l'idea concettuale di un'arte marziale senza schemi fissi, in continua evoluzione, capace di adattarsi al praticante che la usa e alla situazione in cui si trova a dover agire.

Il Jeet Kune Do non esiste.

Il Jeet Kune Do non esiste, il Jeet Kune Do è solo un nome. Il Jeet Kune Do è un processo di crescita ed è un processo personale pertanto non esiste un percorso uguale ad un altro.

Quando parliamo di Jeet Kune Do è importante sottolineare che ciò che intendeva Bruce con la via per intercettare il pugno era in qualche modo identificare, etichettare un sistema nuovo che non aveva forma e che pertanto risultava non definibile.

Il Jeet Kune Do, malgrado si sia evoluto molto dai suoi albori diventando molto differente da ciò che Bruce aveva ideato, conserva un nucleo di tecniche, metodologie di allenamento e strategie di combattimento. In tal senso è identificabile ma come questi ingredienti base vengono miscelati, adattati o integrati con soluzioni eterogenee, è, e rimane, unico, personale e non generalizzabile.

Il Jeet Kune Do oggi.

Un sistema non sistema può avere un successore unico?

Oggi molte sono le scuole che seguono gli insegnamenti di Bruce Lee e ognuna, com'è logico che sia, li interpreta secondo quanto ritiene più giusto.

Le tre principali scuole di pensiero in quest'ambito sono:

Jeet Kune Do Concepts, Jeet Kune Do Original, Progressive Fighting System.

Nel **Jeet Kune Do Concepts** cui il massimo rappresentante è Dan Inosanto, si prosegue idealmente la ricerca di Bruce Lee continuando ad evolvere il sistema come arte marziale.

Nel **Jeet Kune Do Original**, cui il Massimo Rappresentante è Ted Wong si studia solo ciò che Bruce Lee insegnava cercando di tramandarlo il più fedelmente possibile.

Nel **Jeet Kune Do Progressive Fighting System**, cui il massimo rappresentante è Paul Vunak, si studia e si integra il sistema solo con ciò che funziona in un combattimento da strada.

Ognuna di esse ha il proprio personale modo di continuare lo studio della "Via per intercettare il pugno" e ognuna di esse probabilmente si adatta meglio a seconda di cosa uno cerchi in un'arte marziale.

Nessuna di esse può dirsi l'unica e la vera espressione dell'arte marziale di Bruce Lee semplicemente perché il suo si identificava con la sua pratica.

Il Tal senso il Jeet Kune Do non esiste e non può essere insegnato.

Allo stesso tempo se attraverso la pratica si riesce a trovare il proprio personalissimo stile di combattimento allora qualsiasi di queste "vie" riesca in quest'intento è quella giusta.

Perché il Jeet Kune Do è solo un nome e se non può essere insegnato può essere mostrato, imparato e vissuto.

Riferimenti:

[Scegliere un buon maestro di Jeet Kune Do](#)

[Jeet Kune Do, le tre scuole principali](#)

[La sindrome del collezionista: JKD e collezionisti di tecniche](#)

Articolo di:
[Massimo Fenu](#)