



Нуждата от самозащита е винаги уникална. Ситуациите могат да са безброй много и така както няма универсален отговор за всички въпроси, така няма и универсално решение за всички ситуации.

Много от класическите бойни системи имат свои методи и често са подходящи за определен тип структура, за определени условия, но в други може да са безполезни или дори пагубни. Много от школите са с твърде „традиционно“ разбиране и всяко нововъведение се смята за посегателство върху идентичността им. Това обаче спъва прогреса и е в ущърб на ефикасността на бойците. Така нареченото „кръстосано“, смесено трениране на умения в различни дистанции, диапазони на боя, с удари с ръце, с крака, с лакти, колене, както и всички възможни части на тялото, борба в стойка, бой на земя или използването на оръжия е било съвсем естествено за всички воители във всички народности, навсякъде по света. Основния движещ мотив на всеки боец е бил ефикасността и завръщането му от бойното поле жив и здрав, а не красива смърт или осакатяване вследствие красиво изпълнена техника според канона.

В края на шестдесетте години на 20-ти век Брус Лий оформя концепция или боен метод, стил, която най-общо можем да наречем „Стил без стил“. Неговата философия, главната му идея е, че всеки човек трябва да изгради собствения си път, ако иска да изрази истинското си аз. Всеки може да намери най-подходящите за себе си умения чрез много тренировки и търсене. Ние сме най-щастливи, когато сме себе си – неподправени, сурови, не приличащи на никой друг и все пак много близки по природа. Думите му са много прости, но зад тях се крие много дълбочина и опит:

"Изпразни ума си. Бъди аморфен, безформен - като водата.

Като налееш вода в чаша, тя става чашата. Налей я в чайник, тя става чайника. Водата може да тече, да пълзи, да капе или да разбива. Бъди вода, приятелю.

Като всеки друг, искаш да се научиш как да печелиш, но никога да не приемаш загубата, поражението. Да се научиш да умираш – е да бъдеш свободен от смъртта. Веднъж приемеш ли я, ти си свободен да се лееш и хармонизираш. Течливостта е пътят към празния ум. Трябва да освободиш амбициозния си ум и да се научиш на изкуството на умиране.

Умението просто да бъдеш.
Успехът идва с отдаденост и самопознание."

Брус Лий се явява предшественик на съвременните Смесени бойни искусства –ММА. Със своята концепция „Джийт Кун До” – „Път на пресичащия юмрук” той оформя ключови принципи на този „Стил без стил”:

- простота
- икономичност
- директност

Ударите тук са естествени, а не познатите класически, поради което практикуващите вярват, че може да се постигне максимален ефект и изключителна скорост с минимални движения. За Джийт Кун До не трябва да се мисли като един изцяло нов боен стил, тъй като той не е. Може да се определи като един хибрид между различни бойни техники, от които са отстранени излишните ограничения в движенията. Идеята е да се търси най-прекият път до целта, без излишна грациозност и плавност. Именно затова Брус Лий казва, че трябва човек да се превърне във вода и както нея да намира пролуките, дори и в най-твърдите прегради.

Практикуващите трябва да могат да се настройват към начините за атака и защита на противника им, за да успеят да достигнат за максимално кратко време до победата. Тук, предварително заучените комбинации не са най-подходящи, тъй като човек не знае какво ще му предложи противника му. Истинската битка е жива и динамична и в нея трябва да се вземат решения не за секунди, а за милисекунди.

Брус Лий е осъзнал съчетаването на целенасочена физическа подготовка за повишаване боеспособността. По време, когато все още не са се предлагали хранителни добавки за спортисти, Брус Лий внимателно изследвал механизмите на взаимодействие на храните и разработвал свой личен хранителен режим, взимайки допълнително хранително активни вещества като витамини, женшен, пчелно млечице и други.

С новаторските си виждания Брус Лий не само докосва живота на милиони, но той променя света на бойните искусства...

...завинаги!