

De 20 Basis principes van Gichin Funakoshi
Met uitleg en vertaling



30 船越翁肖像
Master Gichin Funakoshi



空手二十箇條

一 空手は礼に始り禮に終り事と忘るな
二 空手に先手なし
三 空手は義の輔け
四 先ず自己を知れ
五 而して他をたれ
六 技術より心術
七 六心は放たんと要す
八 礼は懈怠に生ず
九 道場ののみ空手と思ふな
十 空手の修業は一生
十一 凡ゆる物をお化せよ
十二 其意に趣味あり
十三 空手は湯の如く熱す熱も與ふれば元の水に還る
十四 勝負は元の水に還る
十五 練つ考えを持つな
十六 負けぬ考えは必要
十七 敵に因つて措かせよ
十八 戦は空実の操縦
十九 如何に立ち
二十 主人の手足と剣と思ふ
二十一 其男子門を出すれば
二十二 百善の敵有り
二十三 其構は初心者後は自然併
二十四 大形はよく其戦は前物
二十五 其力の強弱射の伸縮
二十六 技の緩急と忘るな
二十七 其常に思念工夫せよ
二十八 船越翁遺訓
二十九 儀言字者謹言

The Twenty Precepts of Gichin Funakoshi
Calligraphy by Shinkin Gima

Karate do wa rei ni hajimari, rei owaru koto no wasuruna.
Karate begint en eindigt met hoffelijkheid

Karate ni sente nashi
Er bestaat geen eerste aanval in het karate

Karate wa gi no tasuke
Karate is van groot belang voor het handhaven van rechtvaardigheid

Mazu jiko wo shire, shikoshite tao wo shire
Ken eerst jezelf dan de ander

Gijutsu yori Shinjustu
Eerst de geest dan de techniek

Kokoro wa hanatan koto wo yosu
Wees altijd voorbereid om je gedachten los te laten

Wazawai wa getai ni shozu
Ongeluk (ongevallen) komt altijd door luiheid (nalatigheid)

Dojo nominmo karate to omoe na
Denk niet dat karatetraining alleen in de dojo plaatsvindt

*Karate no shugyo wa issho de aru
Je hebt je hele leven nodig om karate te leren; er is geen einde*

*Arai-Yuro mono wa karate-ka seyo, soko ni myo-mi ari
Stop iedere dag van je leven in karate en je vind de ultieme wijze van bestaan*

*Karate ea yu no goto shi taezu natsudo wo atezareba mopto no mizu ni kaeru
Karate is als heet water. Als het niet constant verhit wordt zal het weer koud worden.*

*Katsu kangae wa motsu na makenu kangae wa hisuyo
Denk niet dat je moet winnen, denk liever dat je niet moet verliezen.*

*Tekki ni yotte tenka seyo
De overwinning hangt af van je vermogen om kwetsbare punten te onderscheiden van onkwetsbare*

*Taatakai wa kyo-jitsu no soju ikan na ari
De strijd hangt af van hoe je beschermt en onbeschermd beweegt. (beweeg afhankelijk van je tegenstander)*

*Hito no te ashi wo ken to omoe
Beschouw je handen en voeten als zwaarden*

*Danshi mon wo izureba hyakuman no tekki ari
Als je van huis vertrekt denk dan dat er vele vijanden op je wachten. Het is uw houding welke moeilijkheden uitdraagt*

*Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai
Beginners moeten zich bekwaamen in lage standen, een natuurlijke lichaamshouding is voor gevorderden*

*Kata wa tadashiku jisen wa betsu mono
Een kata beoefenen is één ding, een echt gevecht is een ander*

*Chikara no kyojaku, karada no shinsuku, waza no kankyo wasuruna
Onthou altijd
1 - sterkte en zwakte in kracht
2 - strekken en samentrekken van het lichaam
3 - traagheid en snelheid van technieken
Pas dit op correcte wijze toe*

*Tsune ni shinen kyfy seyo
Denk altijd aan, en zoek de wegen om naar, de twintig voorschriften te leven.*