

De 20 dojoregels van Funakoshi Gichin Sensei

1. Karate begint met de groet en eindigt met de groet.
2. In Karate is er geen offensief.
3. Karate steunt gerechtigheid.
4. Doorgrond eerst jezelf, dan pas de andere.
5. Het is eerder een kunst van het hart dan een kunst van technieken.
6. De geest moet bevrijd worden.
7. Onheil wordt veroorzaakt door luiheid.
8. Beschouw karate niet enkel als een zaak voor in de dojo.
9. De beoefening van karate is iets voor het leven.
10. Betrek karate op zoveel mogelijk dingen; het is hierin dat de verlichting schuilt.
11. Karate is als warm water, dat, als je het niet onophoudelijk verhit, weer afkoelt.
12. Denk niet aan winnen, denk aan niet verliezen.
13. Pas je steeds aan je vijand aan.
14. In een gevecht gaat het erom hoe je omgaat met 'leeg' en 'vol'.
15. Beschouw je armen en voeten als zwaarden.
16. Wanneer je je vertrouwde omgeving verlaat, wachten je miljoenen vijanden.
17. Voor beginners 'kamae', daarna 'shizentai' (natuurlijke positie)'.
18. Een kata is moet correct uitgevoerd worden, een echt gevecht is iets anders.
19. Vergeet nooit dat kracht stevig en soepel is, dat het lichaam gespannen en ontspannen is, en dat de techniek traag en snel is.
20. Concretiseer steeds de theorie.

Deze 20 regels, die Funakoshi sensei vanuit het hart heeft opgesteld, vormen de essentie van karate en geven perfect de geheimen van de volmaakte technieken en de geweldige spirit ervan weer. Dankzij deze regels zien we duidelijk dat hij niet louter een pionier van karate was. Funakoshi sensei was zeer zeker ook een zeldzame 'budo-filosoof' met heel spirituele cultuur...

(Vrij vertaald uit: *Fūsetsu Karatedō*, auteur *Takagi Seichō*)

Stof tot nadenken...

