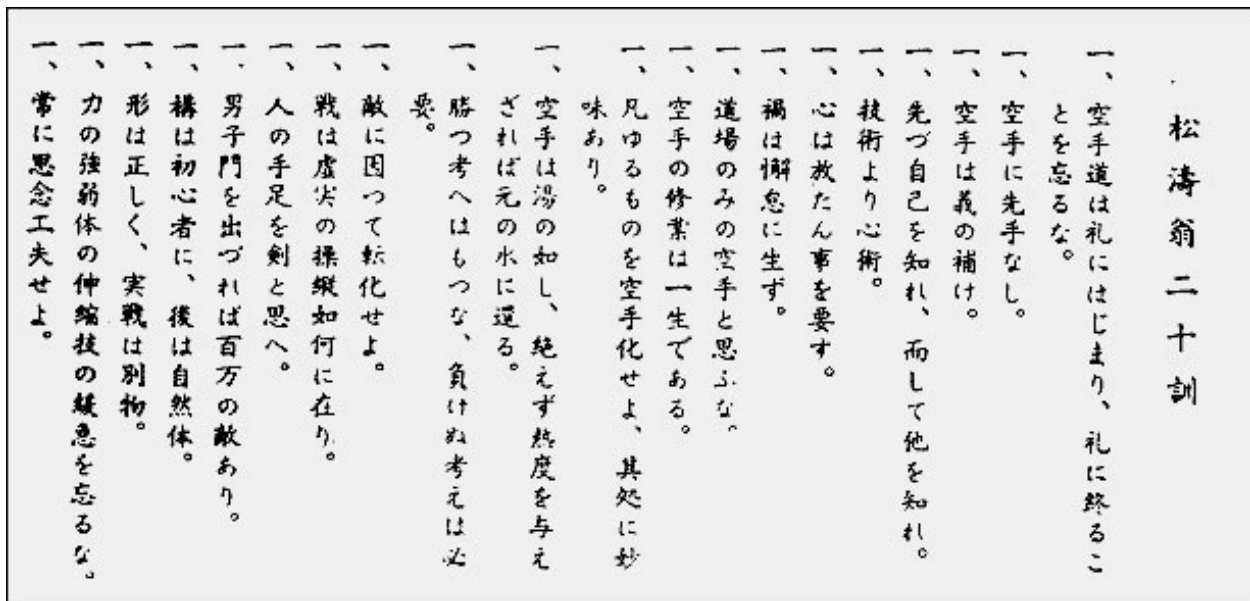


# Niju Kun



Niju Kun, de 20 Principerna (regler) som Funakoshi sensei gav till sina elever:

1. Glöm ej att Karate börjar med en bugning och avslutas med en bugning.
2. Attackera aldrig först i Karate.
3. Det som utövar Karate måste följa rättvisans väg.
4. Först måste du lära känna dig själv. Först då kan du förstå andra.
5. Utveckling av själen är viktigast; teknisk kunskap är endast medel för att nå dit.
6. Du måste frigöra ditt sinne.
7. Motgång kommer från slarv.
8. Karate är inte endast dojo träning.
9. Karate är ett livslångt lärande.
10. Placera Karaten i allt du gör.
11. Karate är som hett vatten. Om du ej kontinuerligt ger det värme blir det åter kallt.
12. Tänk ej att du måste vinna. Tänk i stället att du ej måste förlora.
13. Seger beror på din förmåga att skilja mellan sårbara och mindre sårbara punkter.
14. Rör dig i enlighet med din motståndare.
15. Betrakta din motståndares händer och ben så som du skulle betrakta vassa svärd.
16. När du lämnar ditt hem, tänk att miljoner motståndare väntar på dig.
17. Förberedd position för nybörjare är en naturlig position för den avancerade elever.
18. Att utföra en korrekt Kata är en sak, riktig fight är något annat.
19. Glöm inte styrka och svaghet i teknikens kraft, kroppens flexibilitet och den relativa teknik.
20. Planera hela tiden för det oväntade.