

## Shōtō-Niju-Kun

Die zwanzig Shōtō-Niju-Kun sind von Funakoshi aufgestellte Verhaltensregeln und vermitteln das Grundprinzip des Karatedō („Weg der leeren Hand“). Sie sollen der Charaktervervollkommnung dienen.

Karatedo wa rei ni hajimari, rei ni owaru koto wo wasuruna.

Vergiss nie: Karate beginnt mit rei und endet mit rei. (rei bedeutet: Respekt, Höflichkeit)

Karate ni sente nashi.

Im Karate gibt es kein Zuvorkommen. (Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.)

Karate wa gi no tasuke.

Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.

Mazu jiko wo shire, shikashite ta wo shire.

Erkenne dich selbst zuerst, dann den Anderen.

Gijutsu yori shinjutsu.

Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik.

Kokoro wa hanatan koto wo yosu.

Lerne, deinen Geist zu kontrollieren, und befreie ihn dann von Unnützem.

Wazawai wa getai ni shozu.

Unheil entsteht durch Nachlässigkeit.

Dojo nomi no karate to omou na.

Karate ist nicht nur im Dojo.

Karate no shugyo wa issho de aru.

Die Ausbildung im Karate umfasst Dein ganzes Leben.

Ara-yuru mono wo karate-ka seyo, soko ni myo-mi ari.

Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, das ist der Zauber der Kunst.

Karate wa yu no gotoshi taezu netsudo wo ataezareba moto no mizu ni kaeru.

Wahres Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht ständig wärmst.

Katsu kangae wa motsu na makenu kangae wa hitsuyo.

Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.

Teki ni yotte tenka seyo.

Wandle dich, abhängig von deinem Gegner.

Tatakai wa kyo-jitsu no soju ikan ni ari.

Der Kampf hängt von der Handhabung deiner Treffsicherheit ab.

Hito no te ashi wo ken to omoe.

Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.

Danshi mon wo izureba hyakuman no teki ari.  
Wenn man das Tor der Jugend verlässt, hat man viele Gegner.

Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai.  
Das Einnehmen einer Haltung gibt es beim Einsteiger, später gibt es den natürlichen Zustand.

Kata wa tadashiku jissen wa betsu mono.  
Übe die Kata korrekt, der echte Kampf ist eine andere Angelegenheit.

Chikara no kyojaku, karada no shinshuku, waza no kankyu wo wasuruna.  
Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell, alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.

Tsune ni shinen kufu seyo.  
Denke immer nach und versuche dich ständig am Neuen.