

Die 12 Warnungen für den (beginnenden) Kampfkünstler

(Aus dem „Tsukimi sho“ von Yagyu Jubei, jap. Schwertmeister, 1607-1650)

VERMEIDE...

1. ...mit dem Geist den Gegner zu konfrontieren
2. ...die Füße nachzuziehen
3. ...einen schwachen/trägen Schlag
4. ...einen losen Griff
5. ...den Zweifel am Gegner
6. ...das Gefühl der Rastlosigkeit, wenn man sich beeilt während man zu viel Konzentration auf die Details der Bewegung legt
7. ...den Rhythmus zu brechen
8. ...Ängstlichkeit
9. ...dich in der Hüfte nach vorne zu beugen
10. ...Verspannungen in den Schultern
11. ...den Körper zu verkrampfen
12. ...den Versuch, gut auszusehen