

Do not be misled, by what you find in the pages of my book. The Shodan gives you the basic techniques, excluding Kata, needed for your Shodan examination. You also need other things, manners, discipline, humility, honor; these cannot be put into words. The book is only a guide, it does not give you all the answers, you still need an experienced instructor to give you the finer points in technique, timing and speed. They cannot be shown in a book.

Today's trend is to look for the next grade and try to get a Black Belt as fast as possible. Instead you should be looking for how you can improve yourself as a humane being, when you are ready the Shodan will come. Remember the Shodan is the first step to your enlightenment and improvement of your character.

Låt dig inte vilseledas av innehållet i denna bok. "The Shodan" innehåller alla grundtekniker utom Kata, som du behöver på din väg mot Shodan. Den kan däremot inte förmedla annat du behöver för att nå Shodan, som till exempel gott uppförande, disciplin, ödmjukhet och heder. Boken är en vägledning och ger inte svar på alla frågor. Du kommer alltid att behöva en erfaren instruktör som kan hjälpa dig att utveckla och förfina teknik, koordination och snabbhet. Inget av detta kan fästas på papper.

Idag finns en tendens att hela tiden jaga efter nästa grad för att försöka nå Shodan på kortast möjliga tid. Om du istället anstränger dig att utvecklas på det personliga planet kommer du att på ett naturligt sätt bli redo för nästa grad. Kom ihåg att Shodan bara är det första steget på vägen till insikt och förbättrad karaktär.

ISBN 91-631-3861-1

THE SHODAN



Shihan Howard Collins

初段

THE SHODAN

Shihan Howard Collins

THE SHODAN

