1. ***Karate Do wa rei ni hajimari, rei ni owaru koto wo wasuruna.*** Il Karate comincia e finisce col saluto.
2. ***Karate ni sente nashi.*** Il Karate è mai attaccare per primi.
3. ***Karate wa gi no tasuke.*** Il Karate è rettitudine, riconoscenza, perseguire la via della giustizia.
4. ***Mazu jiko wo shire, shikoshite tao wo shire.*** Il Karate è prima di tutto capire se stessi e poi gli altri.
5. ***Gijutsu yori shinjutsu.*** Nel Karate lo spirito viene prima; la tecnica è il fine ultimo.
6. ***Kokoro wa hanatan koto wo yosu.*** Il Karate è lealtà e spontaneità; sii sempre pronto a liberare la tua mente.
7. ***Wazawai wa getai ni shozu.*** Il Karate insegna che le avversità ci colpiscono quando si rinuncia.
8. ***Dojo nomino Karate omou na.*** Il Karate non si vive solo nel dojo.
9. ***Karate no shuryo wa issho de aru.*** Il Karate è per la vita**.**
10. ***Arai-yuru mono wo karate-ka seyo, soko ni myo-mi ari.*** Lo spirito del Karate deve ispirare tutte le nostre azioni.
11. ***Karate wa yu no goto shi taezu natsudo wu ataezareba moto no mizu ki kaeru.*** Il Karate va tenuto vivo col fuoco dell'anima; è come l'acqua calda, necessita di calore costante o tornerà acqua fredda.
12. ***Katsu kangae wa motsu na makenu kangae wa hitsuyo.*** Il Karate non è vincere, ma è l'idea di non perdere.
13. ***Tekki ni yotte tenka seyo.*** La vittoria giace nella tua abilità di saper distinguere i punti vulnerabili da quelli invulnerabili.
14. ***Tattakai wa kyo-jutsu no soju ikan ni ari.*** Concentrazione e rilassamento devono trovare posto al momento giusto; muoviti e asseconda il tuo avversario.
15. ***Hito no te ashi wo ken to omoe.*** Mani e piedi come spade.
16. ***Danshi mon wo izureba hyakuman no tekki ari.*** Pensare che tutto il mondo può esserti avversario.
17. ***Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai.*** La guardia ai principianti,la posizione naturale agli esperti.
18. ***Kata wa tadashiku jissen wa betsu mono.*** Il kata è perfezione dello stile, la sua applicazione è altra cosa.
19. ***Chikara no kyojaku, karada no shinshuku, waza no kankyu wo wasaruna.*** Come l'arco sii espansione e velocità, cerca il rilassamento, la concentrazione, la dolcezza; la postura ha due aspetti, vigore o morbidezza, alterna decontrazione a contrazione.