



דברי עגור לבן
מפי סיג'ו (גראנד מאסטר)

Ng Siu Chung

1. תן לתודעה להיות כמו חול הים הטהור.
2. היה אחד.
3. תן לתודעה להיות טבעית, מאוחדת עם הגוף.
4. בהביטך על אדם חזק ראהו כחלש. בהביטך על אדם חלש ראהו כחזק. אל תראה פחד ויראה בפניך.
5. בזמן האימון התייחס לאוויר ולסביבה כאילו היו אימך. היה מאוחד עימם. הפוך את האור לפנינה בתוך גופך. נשום עמוק.
6. בהתמודדות מול אויב - אם אתה מפחד, נשימתך מהירה ואתה לא יכול להשלים פעולותיך. שלוט בתודעה והרגע. ביום-יום היה רגוע, ושמור על כך גם בלחימה.
7. נשימה, מחשבה, טכניקה, אחדות. כל אלו במיומנות ושליטה נותנים את התוצאות הטובות.
8. היה כמו ספוג.
9. הקוף נושם את האוויר, הולך דרך האוויר, וחותר את האוויר. העגור נושם את האוויר, חותר דרך האוויר, מתרומם ועף דרך האוויר. שניהם מתקיימים בזכות האוויר.

國
際
白
鶴
派
以
色
列

國
際
白
鶴
派
以
色
列