



### Zur Dôjo - Etikette in unserem Dôjô:

Die Dôjo - Etikette geht auf das *Ogasawara-ryu* im Japan des 13 und 14. Jahrhunderts zurück.

Dies waren Verhaltensregeln der Samurai, die ein reibungsloses Miteinander erlauben sollten.

So konnten Samurai z.B. bei Begegnungen auf der Strasse links aneinander vorbeigehen, im Palast jedoch mussten sie einander dabei die rechte Seite zuwenden, weil so weniger leicht das Schwert zu ziehen war.

Oder sie mussten nach dem Verbeugen (*Rei*) erst mit dem linken Fuß zurückgehen.

Solche Vorschriften haben sich im Karate, in abgewandelter Form, bis heute erhalten.

Der Einfluss z.B. des Buddhismus auf die Verhaltensregeln der Samurai (...) dokumentiert sich noch heute im Karate durch einfache Regeln, Unkompliziertheit und das besondere Lehrer - Schüler Verhältnis, das eine ..... Unterordnung des Schülers unter den Meister (*Sensei*) verlangt.

**"Dôjô"** ist die japanische Bezeichnung für den **„Ort des Weges“** :

**Dô** = Weg, **Jô** = Ort .

Im Dôjô ist die Achtung vor dem Mitübenden unverzichtbarer Bestandteil der Übungen, es ist ein Ort des gegenseitigen Respektes und Lernens.

Die **Dôjô - Regeln (Dôjôkun)** sind umfassend und sind Richtschnur für die innere Haltung des Übenden gegenüber sich selbst und seiner Umgebung.

In Japan haben Dôjôs eine besondere Atmosphäre, weil sie (dort) meist nur aus natürlichen Materialien, z.B. Holz, bestehen und mit zahlreichen Symbolen geschmückt sind.

An der Stirnseite (*Shomen*) hängt meist z.B. ein Emblem der jeweiligen Schule, und/oder ein Bild des Gründers (oder wie in unserer Schule eine Flagge des Herkunftslandes unserer Kampfkunst).

Die Dôjô - Etikette lässt sich unter verschiedenen Aspekten z.B. des Sport - Karate aber auch des **Karate - dô (Budo - Karate)** betrachten:

(Beim Sport - Karate hat die Dôjô - Etikette oft nur die Funktion von Organisationsprinzipien, um die Konzentration zu fördern und um.....Aggressionen zu dämpfen oder zu lenken, etc.. )

Zu Beginn des Trainings nehmen alle Schüler in einer Reihe nach Kyu - (Gürtel) Graden geordnet, Aufstellung.

Der in der Reihe ganz rechts stehende, ranghöchste Schüler sagt die entsprechenden Begrüßungsformeln.

**Diese können je nach Stilrichtung und Dôjô unterschiedlich sein!**

In **Wadô – Ryu** - Dôjôs (also auch der in unserer Schule praktizierten Stilrichtung des Karate) knien alle auf "**Seiza**" gemeinsam ab, auf "**Sensei ni Rei**" verbeugen sie sich nach vorne und auf "**Otagai ni Rei**" noch einmal.

Auf "**Kirizu**" stehen nun alle gemeinsam auf und verbeugen sich noch einmal im Stand .

Das Verbeugen auf "**Rei**" ist im Training üblich, es bedeutet die Bereitschaft zu Disziplin, Zurückhaltung und Respekt.

"**Sensei ni Rei**" ist die Respektbezeugung für den Lehrer, und "**Otagai ni Rei**" bedeutet für die Karatekas untereinander, dass sie sich verpflichten sich zu bemühen gemeinsam zu lernen und sich nicht gegenseitig zu behindern.

Wenn jemand zu spät zur Übungsstunde kommt, setzt er sich im Dôjô neben die Eingangstür (in unserer Schule: stehend, gleiches neben der Tür zur Umkleide/Anmeldung: wird toleriert) , verbeugt sich zum Lehrer ....und wartet auf ein Zeichen des Lehrers, der ihm bedeutet ,dass er mit dem Training beginnen kann. Beim **Betreten des Dôjôs**, ebenso wie beim **Verlassen** wird der anwesende Lehrer (oder ein anwesender Dan - Träger) durch eine Verneigung begrüßt, ist dieser nicht im Raum wird zur **Stirnseite** (Shomen), d.h. in unserer Schule zur Flagge begrüßt. Der Blick wird dabei nicht zum Boden gesenkt.

Das **Abgrüßen** nach der Übungsstunde im Dôjô, erfolgt genauso wie das Angrüßen, doch wird oft in "Seiza" länger verharrt, um auf das Zeichen "**Mokuso**" mit einer Phase der inneren Sammlung das Gelernte zu verarbeiten und die Übungsstunde auch geistig zu beenden.

Das Verbeugen/Verneigen am Anfang oder Ende einer Übungsreihe symbolisiert ebenso den fairen und verantwortungsvollen Umgang der Übenden miteinander. ( siehe auch **Dôjôkun** / Dôjô – Kodex )

Das (hier: unser) Dôjô sollte als Ort gesehen werden, an dem das Prinzip des "**Dôkyo**" ("*den Weg finden , menschlich gut werden*") verwirklicht werden soll. Insofern gelten in unserer Schule die Prinzipien des **Budô - Karate**, welches die *charakterliche (Weiter-) Entwicklung des Übenden* in den Vordergrund stellt.

Durch das o. g. Begrüßungszeremoniell soll eine bestimmte, für die Übungsstunde prägende, innere Einstellung hergestellt werden.

Störende Gedanken, Unkonzentriertheit, Unbeherrschtheit, Egoismus, etc., sollen ferngehalten werden, stattdessen soll eine Atmosphäre der Konzentration, der Selbstbeherrschung und des gemeinschaftlichen Übens herrschen.

**Wer Interesse hat Karate nicht nur als Sport zu betreiben, für den sind die o. g. Regeln auch keine leere Verhaltensformeln.**

### Dô – Der Weg :

Dô ist ein Prinzip der asiatischen Weltanschauung, welches man mit z.B. mit Weg, Lehre, Grundsatz, Richtung, etc. übersetzen kann.

Im Zentrum jeder asiatischen Wegübung steht das Üben einer Form, deren Ziel jedoch nicht das Erlernen einer Fertigkeit zum Selbstzweck, sondern das Erweitern des im jeweiligen Menschen liegenden Persönlichkeitspotentials ist, mit dessen Hilfe er für sein Leben Lebenskompetenzen erweitern und Sinnhaftigkeit erfahren kann.

Dieses Prinzip ist keine japanische „Erfindung“, sondern in allen Kulturen bekannt. Immer schon erhoffte sich der Mensch auf seinem Weg eine Aufhebung oder zumindest Erweiterung seiner natürlichen Grenzen.

### Allen Kampfkünsten die als „Weg“ geübt werden, liegen u.a. drei Prinzipien zugrunde:

#### Shin (Geist) :

das Sich – Infrage – Stellen und das Finden des Selbst durch eine (philosophische) Schule

#### Ki (im chin. : Chi ) (Energie) :

das Erfahren innerer energetischer Strukturen der Bewegung ( Gesundheits - förderung, Chi – Entwicklung, Vitalpunktstimulationen, Stärke der Handlungen durch körperliche und geistige Übungen, Entwicklung von Körpergefühl, Übersetzung der Psychologie in die Bewegung ,etc.)

#### Waza (Technik) :

Das Übersetzen der kämpferischen Kampfkunstkonzepte in die jeweiligen zugrunde liegenden Bewegingstraditionen .

Methoden, die diesen Prinzipien folgen, folgen einem **Weg**; eine Methode die den Wettbewerb der Formen in den Mittelpunkt ihrer Prinzipien stellt, ist **Sport**. Die Grenzen zwischen diesen Auslegungen sind jedoch nicht starr...

Wenn wir uns in unserem Dôjô unter anderem durch o. g. Prinzipien dem „**Karate – dô**“ annähern wollen, müssen wir auch wissen, dass die Silbe „**Bu**“ im Begriff „**Budô**“ immer auch zwei Bedeutungen hat:

„**Bu**“ bedeutet zum einen „*Speer*“ oder „*Waffe*“ zum anderen auch „*Stop*“ oder „*Halt*“.

Budô bedeutet also u. a. „*einen Kampf erfolgreich vermeiden*“. Ein Kampfkünstler sollte also wohl wissen, dass er kämpfen kann, er sollte sich aber so oft als möglich bewusst ( „durch rechte Haltung“) gegen eine Auseinandersetzung entscheiden.

„Nur wer kämpfen kann, kann es auch lassen“ bedeutet aber auch ein ständiges regelmäßiges Üben in „**Bu - jutsu**“ („*einen Kampf durch eine erfolgreiche Technik beenden* „ oder *einen Kampf durch Kunstfertigkeit beenden*“ ).

Sichtbarer Ausdruck der o. g. Geisteshaltung ist das Symbol des von uns geübten **Wadô – Ryu Karate – do**: *Taube* (oder auch: Kranich) und *Faust* symbolisieren den *Weg des Friedens* aber auch die *Möglichkeit des Kampfes*. Das Symbol des Kreises deutet auf die Einheit der beiden Möglichkeiten hin.

## **Das Dan – Team der Karateschule**