

DOJOKUN

Die Dojokun ist eine Anleitung zur Übung der rechten Haltung. Durch die Bewusstmachung und durch das Handeln nach den Leitsätzen der Dojokun wird eine Verbindung zwischen der Form und der Philosophie des Weges (Do) geschaffen.

Die Dojokun dient zur Selbstübung. Jeder Schüler darf sich mit den Leitsätzen auseinandersetzen, sie verinnerlichen und danach üben. Sie sind ein Maßstab für den Fortschritt auf dem Weg des Kampfkünstlers. Durch die richtige Übung und der rechten Haltung im Dojo, wird der Schüler zu seinen Erkenntnissen gelangen. Dieses Erkennen kann nur durch handeln herbeigeführt werden und unterscheidet sich von der intellektuellen Erfassung von Lebensweisheiten.

Das Dojo:

Für jeden ernsthaft trainierenden Kampfkünstler ist das Dojo ein Ort der Konzentration, der Übung, des gegenseitigen Respekts und der Freundschaft. Dieser Ort steht symbolisch für den Weg (Do) in der Kampfkunst.

Die Leitsätze:

1. Strebe nach der Verbesserung Deines Charakters:
 - Denke an Andere.
Karate praktizieren heißt geben und nehmen. Der Anfänger bekommt die Hilfe des Fortgeschrittenen. Ist er selbst ein Fortgeschrittener, handelt er ebenso. Jedes Mitglied der Gemeinschaft trägt dazu bei, ein positives Klima im Dojo zu schaffen.
 - Sei dankbar.
Im Karate erfährt man eine vielseitige Lehre. Neben der Form erhält der Schüler Schlüssel auf dem Weg zu sich selbst. Vergesse nie, bei wem Du gelernt hast.
 - Sei bescheiden.
Durch praktizieren von Karate kann der Schüler in sehr kurzer Zeit, sehr große körperliche und mentale Entwicklungen vollziehen. Einschätzungen der technischen Leistungen erfolgen meist durch Vergleich mit anderen Schülern. Hat ein Schüler Talent und erreicht schnell ein gutes technisches Niveau, ist häufig zu beobachten, dass dieser Schüler nur noch halbherzig oder weniger trainiert, weil er glaubt, es reiche im Vergleich mit anderen aus. Das ist ein Trugschluss. Meist beginnt hier das Ende der Entwicklung. Jeder darf seine eigenen Möglichkeiten ausloten, kann mit jedem anderen, scheinbar „Schwächeren“, kämpfen und lernen. Diese Schüler haben es besonders schwer, weil sie glauben etwas zu sein und aufhören etwas zu werden.
 - Sei höflich.
Wer hart trainiert, an der Verbesserung der wahren Haltung arbeitet, kommt seiner Mitte immer näher und erkennt, wer er wirklich ist. Dieser Mensch hat keinen Grund unhöflich zu sein. Unhöflichkeit spiegelt Unsicherheit, Unzufriedenheit oder viele andere unkontrollierte Gefühle des Ego-Verstandes wider. Höflichkeit ist eine Übung der rechten Haltung. Einem unhöflich auftretenden Menschen gegenüber höflich aber bestimmt zu bleiben, ist eine Übung in diesem Sinne. Das Lachen über Fehler anderer Schüler, durch Worte andere zu verletzen oder zu verunsichern ist ein Zeichen von Unreife.

- Beherrsche Wut, Angst, Selbstmitleid oder andere unkontrollierte Gefühle. Diese Emotionen sind existent und haben ihren Sinn. Es geht bei der Übung um den Ausgleich dieser Energien. Die Schüler helfen sich gegenseitig. Ein fortgeschrittener Schüler erkennt z. B. die Angst des Anfängers und handelt entsprechend. Eine Selbstmitleidshaltung sollte vermieden werden. Alters- oder gesundheitsbedingte Einschränkungen sind bekannt, Größen- und Gewichtsunterschiede sowie Schülergrade deutlich erkennbar. Es bedarf nicht der ständigen Formulierung dieser Tatsachen. Jeder darf seine Möglichkeiten ausloten und gewissenhaft üben. Viele Einschränkungen bestehen nur im Kopf.
- Begegne Deinen inneren Unebenheiten mit derselben Kraft, wie Du es im körperlichen Training gelernt hast, äußere Schwierigkeiten zu überwinden.

2. Ehre die Prinzipien der Etikette.
3. Sei beharrlich in Deinem Streben. Die wahre Übersetzung von Karate ist „harte Arbeit“.
4. Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn Du es nicht beständig erwärmst.
5. Erkenne Dich selbst zuerst, dann den anderen.
6. Karate beginnt und endet mit Respekt.
7. Kümmere Dich um andere.
Karate heißt geben und nehmen. Wer Karate als Konsumgut sieht, nur sein eigenes Vorankommen im Auge hat und den anderen nicht sieht, ist auf dem falschen Weg.
8. Karate Do findet nicht nur im Dojo statt.
Bewahre die rechte Haltung auch außerhalb des Dojos, nur dann macht Karate Sinn.
9. Zeige Respekt und Achtung vor der Kampfkunst, dem Lehrer und der Dojo-Gemeinschaft.
10. Halte das Dojo in Ehren.
Denke daran, dass durch Dein Auftreten und Handeln Rückschlüsse auf das Dojo und die Kampfkunst gezogen werden.