

Das Verhalten im Dojo

Betritt oder verlässt man das Dojo, so verbeugt man sich in Richtung des Sensei oder Sempai.

Will man während des Trainings den Raum verlassen, so hat man den Sensei/Sempai um Erlaubnis zu fragen. Zu Beginn und am Ende des Trainings erfolgt die Begrüßung [REI = Gruß, Höflichkeit, Dank, Lohn]. Es ist dies ein Ausdruck der Höflichkeit, des Anstandes, des Respekts, der Achtung und der Aufrichtigkeit.

Diese Begrüßung sollte von allen immer ernst gemeint sein!

Wir grüßen:

- beim Betreten des Dojo,
- beim Betreten der Tatami,
- als Gruppe zu Beginn des Unterrichtes den Sensei/Sempai,
- den Partner vor und nach einer gemeinsamen Übung,
- Richtung Meister, bevor wir zu üben beginnen,
- gemeinsam zum Ende des Trainings den Sensei/Sempai,
- beim Verlassen der Tatami und
- beim Verlassen des Dojo.

Wir grüßen im Ritsu-Rei (Stehen) und im Seisa-Rei (Knien) mit geradem Rücken, allerdings niemals, ohne dabei den zu Grüßenden aus den Augen zu verlieren.

„Der Edle neigt sich, aber er beugt sich nicht.“

Der aufmerksame Schüler wird mit wachem Verstand und mit all seinen Sinnen trainieren. Er wird in jeder Geste, bei jeder Technikausführung voll „anwesend“ sein. Auch sollte er stets sein Bestes geben. Angriff und Verteidigung mit voller Konzentration ausführen, sodass Harmonie und gegenseitiger Fortschritt entstehen können und auch die Verletzungsgefahr gebannt wird.

Die Trainingspausen abwarten, um eventuelle Fragen mit dem Sensei zu besprechen.

Daher sollten folgende Verhaltensweisen unbedingt vermieden werden:

- unbegründete Unterbrechungen,
- Tratschen während des Trainings und allgemeine Unaufmerksamkeit,
- Herbeiführen von Verletzungen bei sich oder beim Partner durch egoistisches Handeln,
- Überheblichkeit und Arroganz aufgrund sportlicher Erfolge oder hoher Graduierungen,
- Lästern, Mobbing, Kritik an anderen Stilen und deren Anhängern,
- Bezweifeln der Fähigkeiten des Sensei, des Sempai oder anderer Personen,
- Vertrauensmissbrauch am Sensei oder anderen Personen zum eigenen Vorteil,
- unangebrachte Kritik am Sensei oder seiner Lehrmethode,
- Trainieren ohne festen Willen, immer wieder an seine Grenzen zu gehen und sie sogar zu überwinden.