



Dojo Kun

Die fünf Regeln des Karate

Wissenswertes

- ▶ Die Herkunft der *Dojo Kun* ist nach *A. Albrecht* unbekannt, ebenso wann es ursprünglich erschienen ist
- ▶ Andere Quellen schreiben sie *Sakugawa Kanga 1733-1815* zu.
- ▶ Sie sind der geistig moralische Unterbau des *Karate Do*.
- ▶ Der ranghöchste Schüler zitiert Sie in *Zen Sa* nach dem Training, alle anderen sprechen sie ihm nach.
- ▶ Nach einem Training sollen sie uns an die wirklichen Werte des Karate erinnern.
- ▶ Der Beginn der Regeln: *Eins ist ...* sagt uns dass es keine Rangfolge oder Wertigkeit der Regeln gibt.
- ▶ Sie bedeuten: *Anweisungen für den Ort des Weges*.



Bitte Beachten

- ▶ Das Üben unter dem Gesichtspunkt zum Erlangen des DO ist nicht nur im traditionellen Karate möglich.
- ▶ Im auf den Wettkampf ausgerichteten Karate ist das Erlangen des DO nur unter größeren Anstrengungen möglich.
- ▶ Da DO/ Zen keine Religion ist, sondern eine ethische moralische Lebenseinstellung, sollte sie von allen Karate Schülern erfahren werden können.

一、人格完成に努むること

- ▶ Hitotsu jinkaku kansei ni tsutomeru koto.
- ▶ Strive for completion of character.
- ▶ Eins ist, strebe nach Vervollkommnung des Charakters.
- ▶ *Jinkaku*
- ▶ Richtmaß der Menschlichkeit des vom Willen formbaren Teiles des Charakters
- ▶ *Kansei*
- ▶ Zur Vollendung zu gelangen
- ▶ *Tsutomeru koto*
- ▶ Die wahre Natur, der wahre Mensch

一、誠の道を守ること

- ▶ Hitotsu makoto no michi o mamoru koto.
- ▶ Be Faithful
- ▶ Eins ist, gehe den Weg der Wahrheit.
- ▶ *Makoto*
- ▶ Aus dem Ehrenkodex der Samurai
Aufrichtigkeit, Weg der Wahrheit
- ▶ *O mamoru koto*
- ▶ Sich selbst verteidigen, bewachen,
beschützen.
- ▶ Den ehrenhaften ritterlichen Weg der
Aufrichtigkeit auch in sich selbst
bewahren und verteidigen

一、努力の精神を養うこと

- ▶ Hitotsu doryoku no seichin o yashinau koto.
- ▶ Endeavor
- ▶ Eins ist, übe den Geist der Strebsamkeit.

- ▶ *Doryjoko*
- ▶ Bemühung Anstrengung
- ▶ *Seishin*
- ▶ Geist, Seele, Psyche
- ▶ *Sei* *Shin*
- ▶ Jung, Reis Kreativ, Schöpferisch
- ▶ Den Ansporn geben, den Geist der Bemühung in uns selbst zu pflegen und zu entfalten.

一、礼儀を重んずること

- ▶ Hitotsu reigi o omonzuru koto.
- ▶ Respect others
- ▶ Eins ist, halte dich an die Etikette.
- ▶ *Rei*
- ▶ Höflichkeit, Gruß, Dank
- ▶ *Gi*
- ▶ Regel, Zeremonie, Angelegenheit
- ▶ *Reigi*
- ▶ Sittengesetz, moralische Verpflichtung
- ▶ *Omunzuru*
- ▶ Schwer übereinanderliegend

一、血気の勇を戒むること

- ▶ Hitotsu kekki no yu o imashimuru koto.
- ▶ Refrain from violent behavior.
- ▶ Eins ist, halte dich fern von Gewalttätigkeit.
- ▶ *Kekki no yu*
- ▶ Aufwallung des Blutes
- ▶ Negative Emotionen: Wut, Neid, Hass
- ▶ *Imashimuru*
- ▶ Sich davor hüten
- ▶ Die Ermahnung sich vor Enthemmung negativer Emotionen zu hüten.



Andreas F. Albrecht

Lehrer Sempei

- Die vorverwendeten Übersetzungen sind dem Buch
- „**Dojokun**“, Die Ethik des Karate Do, entnommen.
- Das Buch ist bei Schlatt Books erschienen.