

Die Etikette des BC Sinsheim

Vorwort

Der Begriff "Budo" kommt aus dem japanischen und besteht aus den beiden Silben BU und DO. Das japanische Schriftzeichen BU bedeutet in etwa "Militär" oder "kriegerisch", das Schriftzeichen DO hat die Bedeutung des Wortes "Weg".

Somit beschreibt das Wort BUDO in etwas den "Weg des Krieges" oder freier übersetzt bildet BUDO die Gesamtheit der japanischen Kampfsportarten.

Während nun BUJUTSU (JUTSU bedeutet in etwa "Kunst, Technik") der Oberbegriff der reinen Kampftechniklehre ist, die die Effizienz nach außen als Priorität hat, ist das BUDO eine auf das Innere des Übenden abzielende Tätigkeit. Wie in vielen japanischen Künsten liegt im BUDO der Sinn eher im "Tun" als im Ergebnis. Es ist ein Prozess, dessen Ergebnis offen und oft auch nebensächlich ist. Im Begriff BUDO steckt ebenfalls eine übertragene Bedeutung der Methode zur Selbstverwirklichung und Selbstkontrolle.

Kampfsportarten müssen sehr verantwortungsbewusst betrieben werden. Die "Etikette" regelt das Verhalten unter den Trainierenden und gegenüber den Trainern. Sie hilft Streit und Verletzungen zu vermeiden. Zudem drückt sie die Tradition und den Geist unseres Sportes aus. Für Außenstehende mögen die Regeln der Etikette traditioneller, asiatischer Budosportarten zunächst befremdlich wirken. Setzt man sich aber mit den Hintergründen und dem eigentlichen Sinn der Budokleidung, der Begrüßungsformen und der allgemeinen Verhaltensregeln auseinander, erkennt man schnell, warum sich die meisten Budosportler auch im 21. Jahrhundert an traditionelle Formen halten.

Die Regeln der Etikette haben nichts mit Militarismus zu tun. Hackenschlagen oder zackige Kommandos sind nicht angebracht, sogar unerwünscht. Wir wollen damit die Höflichkeit und Achtung gegenüber den Trainingspartnern und den Trainern hervorheben. Sehr bedeutsam für alle Grußformen ist besonders die Ausführungsart, also die ehrliche Absicht den Gegenüber zu grüßen. Ein kurzes Kopfnicken oder hektisches Verbeugen zeigt genau das Gegenteil eines echten Grußes, denn der zu Grüßende wird hiermit nur zu einem lästigen oder nur für die eigene Person nutzbringendem Ding degradiert. Auch wenn der Gegenüber nicht immer den optimalen Übungspartner darstellt, so sollten wir dennoch dankbar sein, das wir mit jemanden trainieren können, und dadurch voneinander lernen können. Denn auch aus Situationen, die uns im ersten Moment nutzlos erscheinen mögen, lernen wir. Und nur durch das Lernen und Akzeptieren können wir einen weiteren Abschnitt auf dem Weg des BUDO meistern, und somit für uns und unser Leben eine Bereicherung erfahren.

Etikette

Grundsätze

Höflichkeit und Respekt sind die Grundlage der Etikette und werden durch den Gruß (Rei) symbolisiert. Die Etikette ist nicht nur eine äußere Form, sondern eine innere Haltung und damit schließlich der Weg zur inneren Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Werte des Budo liegen neben dem Erlernen einer Vielzahl von Techniken auch in der Etikette der Sportart begründet. Nur wenn Technik und Grundsätze der Etikette von der Gemeinschaft eines Dojo mit Leben erfüllt werden, können die Schüler den eigentlichen und wahren Wert des BUDO erkennen. Es ist die Aufgabe und Pflicht, im Besonderen der hohen Danträger, dafür zu sorgen, dass auch in der heutigen Zeit angepasste Werte des traditionellen BUDO erhalten bleiben. Dies schließt ein angemessenes Verhalten vor, während und auch nach dem Training mit ein. Pünktlichkeit und Lernwille sind einige der vielen Grundsätze die für jeden selbstverständlich sein sollten.

Kleiderordnung

- Der Budoka trägt einen sauberen Anzug (Gi).
- Bei Prüfungen wird stets ein weißer Gi getragen
- Der Gürtel ist korrekt gebunden und die Farbe entspricht dem Stand der abgelegten Prüfung in der jeweiligen Sportart.

Körperhygiene

- Der Budoka ist stets gepflegt, er hat geschnittene Zehen- und Fingernägel.
- Schmuck, Uhren etc. dürfen nicht getragen werden, nicht abnehmbarer Schmuck ist mit Tape abzudecken (Verletzungsrisiko!).
- Der Budoka trägt außerhalb der Matte oder des Dojo aus Hygienegründen immer Schuhe (Tabis, Sandalen oder Badeschuhe).

Betreten des Dojo oder der Matte

- Die Schuhe werden an der Matte abgestellt, die Matten werden nie mit Schuhen betreten.
- Vor dem Betreten der Matte verneigt man sich wobei der Blick zum Boden abgesenkt wird. Hierdurch drückt man dem Ort des Lernens Respekt aus und ordnet sich den Regeln und der Etikette des Dojo unter. Alle Gedanken und Probleme des Alltags bleiben zurück.

Angrüßen vor und nach dem Training

- Bei der Aufstellung stehen aus der Sicht des Lehrers die hohen Graduierungen links, die niedrigen rechts, unterstützende Lehrer stehen links vom Hauptlehrer.
- Beim Abknien (Seiza) kommt zuerst das linke Bein, dann das Rechte, die Hände liegen auf den Oberschenkeln.
- Mit dem Kommando "Mokuzo" (gesprochen "Moksu"), verharrt der Budoka in völliger Bewegungslosigkeit und versucht seine Gedanken abzuschneiden. Das "Mokuzo" soll auf das Training einstimmen und helfen sich vom Alltag und den Dingen "draußen" zu lösen, um unbeschwert und konzentriert trainieren zu können. Dies kann durch die Konzentration auf den Atem erfolgen oder mit dem geistigen Vorbereiten auf das Training. beim Abgrüßen hingegen lässt man das vergangene Training und das neu erlernte nochmals an seinem inneren Auge vorbeiziehen.
- Mit dem Kommando "(Mokuzo-)Jamei" wird die Meditation wieder aufgelöst.
- Mit dem Gruß "Rei" verneigen sich Lehrer und Schüler zueinander, die Hände werden im Dreieck auf die Matte gelegt und leicht mit der Stirn berührt, dies schließt den individuellen in sich selbst gerichteten Prozess ab.
- Beim Aufstehen erhebt sich zuerst der Lehrer, dann die Schüler. Begonnen wird das Aufstehen mit dem rechten Bein, dann das Linke. Dies geschieht genau umgekehrt wie beim Abknien.
- Die Kommandos werden vom Lehrer und dem ranghöchsten Trainingsteilnehmer erteilt.

Verhalten auf der Matte

- Der Budoka trainiert immer ruhig, konzentriert, respektvoll und achtsam.
- Eine ordentliche Haltung (Stand, Fersensitz oder Schneidersitz) auf der Matte ist selbstverständlich.
- Höher Graduierte sind stets für niedriger Graduierte verantwortlich.
- Die Sicherheit und Unversehrtheit des Partners hat stets Vorrang.
- Bei Würfeln ist auf Sicherheit des zu Werfenden aber auch auf Eigensicherung zu achten.
- Bei Hebeln und Würgern ist rechtzeitig abzuschlagen.
- Die Trainingspartner und Wettkampfgegner werden mit Respekt behandelt. Es wird stets fair trainiert oder gekämpft ohne unsportliche Techniken oder Hintergedanken.
- Der Budoka wahrt immer seine Selbstbeherrschung. Er tritt bescheiden auf und ist durch sein Verhalten für andere ein Vorbild.
- Während dem Training sind Gespräche zu vermeiden. Um sich zu verständigen genügen leise und kurze Erklärungen.
- Muss der Budoka die Matte oder das Dojo verlassen, so hat er sich stets beim jeweiligen Trainer abzumelden.

- Erklärungen werden durch den Trainer angekündigt. Die Schüler sammeln sich ruhig und unverzüglich um den Trainer.
- Bei der Wahl eines Trainingspartners wird der gewünschte Partner im Stand begrüßt. (Symbolisiert die Bitte mit dem Partner trainieren zu dürfen)
- Der Partner begrüßt zurück. (Symbolisiert das Einverständnis und die Dankbarkeit als Partner gewählt worden zu sein.)
- Nach der Trainingseinheit grüßen beide Partner im Stand ab.

(Symbolisiert die gegenseitige Dankbarkeit miteinander trainiert zu haben)

- Wird man von einem Trainingsteilnehmer zum Partner gewählt, lehnt man diese Wahl nicht ab.
- Den Anweisungen der Trainingsverantwortlichen ist zu folgen.
- Aufgaben und Übungen werden ohne Diskussion akzeptiert und durchgeführt.
- Kritik und Anmerkungen gehören nicht in den Trainingsverlauf. Sie sind vor dem Beginn oder nach dem Ende des Trainings zu äußern.
- Ist ein Trainingsteilnehmer unkonzentriert oder stört den Trainingsverlauf wird er vom Training ausgeschlossen.

Verhalten in der Gürtelprüfung

- Der Budoka erscheint pünktlich und mit allen nötigen Unterlagen am Prüfungsort.
- Der Prüfling steht aus der Sicht des Prüfers immer rechts vom Prüfer, sein Partner links.
- Prüfling und Partner verneigen sich zum Zeichen des Respekts. Ein Verneigen zum Prüfer erfolgt nur am Anfang und am Ende der Prüfung.
- Alle Prüfungsteilnehmer verhalten sich ruhig und konzentriert, sie sind stets bereit als Prüfling oder Partner zur Verfügung zu stehen.
- Weisungen der Prüfungskommission sowie das Prüfungsergebnis werden vom Prüfling ohne Diskussion akzeptiert.

Verlassen der Matte oder des Dojo

- Beim verlassen der Matte während des Trainings, hat man sich stets beim aufsichtsführenden Trainer abzumelden.
- Vor dem Verlassen der Matte verneigt man sich in Richtung der Mattenfläche, der Blick ist zum Boden gerichtet, Hände liegen auf den Oberschenkeln.
- Die Matten werden abgebaut und an ihren Platz gebracht.
- Das Dojo wird stets nur in sauberem und aufgeräumtem Zustand verlassen.

Anerkennung der Etikette

Mit der Teilnahme am Training werden die Regeln der Etikette anerkannt.