

# “Reigi”

## Anstands-, Höflichkeits- und Ordnungsregeln

Stellt dem Sensei oder dem Sempai so viele Fragen wie möglich, doch vergesst dabei nicht, auch über euch selbst nachzudenken. Wichtig ist zu sagen, dass der Lehrer nur dazu da ist, die beste Richtung zu weisen! Gehen, das heisst hart an sich arbeiten, muss der Schüler selber, denn kein noch so guter Meister kann einem Schüler Karate oder sonst irgend ein Wissen einfach so “weitergeben”.

Wenn du das Dojo betrittst, verbeuge dich zum Zeichen deines Respektes. Betrete es nur mit sauberen Füßen und sauberem Gi.

Die Nägel sind kurz zu schneiden, lange Haare sind zusammengebunden zu tragen.

Das Tragen von jeglichem Schmuck, Bändern ist wegen der Verletzungsgefahr zu unterlassen.

Der Tatami ist niemals mit Schuhen zu betreten.

Gespräche sind vor dem Training und ausserhalb des Dojos abzuhalten. Ist man im Dojo, so verhält man sich ruhig und wärmt sich auf.

Das Training beginnt und endet pünktlich, denn dies ist Ausdruck der Entschlossenheit. Sollte der Lehrer durch einen Zwischenfall einmal zu spät eintreffen, so beginnt der Ranghöchste mit der Begrüssung.

Verspätete Schüler haben sich beim Eingang in Position Seiza zu besammeln, und zu warten, bis der Sensei sie anmelden lässt.

Ranghöhere haben sich ihren Grad zufolge vorbildlich zu benehmen.

Ein Karateka verbeugt sich aus Respekt vor seinem Trainingspartner immer zu Beginn und zum Schluss der gemeinsamen Arbeit. Der Trainingspartner ist nicht irgend ein Feind, denn er hilft einem beim Lernen, wofür er grossen Respekt verdient. Dieses Zeremoniell zur Begrüssung entfernt zudem störende Gedanken und hält Egoismus, Unkonzentriertheit und Unbeherrschtheit vom Dojo fern.

Kommunikation unter Schülern ist während dem Training aufs Nötigste zu beschränken, um die Ruhe des Dojos und der eigenen Konzentration nicht zu stören.

Sei tolerant zu anderen und streng dich selbst an.

Zuschauer sind willkommen, dürfen aber den Trainingsrahmen in keiner Weise stören; keine schwatzende und lärmende Kinder.

Konzentriere dich im Dojo auf deine Übungen und achte beständig auf deine innere Haltung. Wenn ein Fortgeschrittener dir hilft, bedanke dich bei ihm, indem du Rei ausführst.

Verlasse das Dojo nicht während des Trainings. Überwinde dich zum Durchhalten und erziehe dich mit Stärke. Musst du deine Übung dennoch unterbrechen, vergiss nicht dich ordnungsgemäss abzumelden.

Das Einhalten dieser Regeln ist das Fundament für ein reibungsloses Miteinander. Die Etikette muss, wie alle Dinge, aus sich selbst kommen und muss Ausdruck menschlicher Herzlichkeit sein. Es reicht nicht aus, sich der Form zu beugen. Wenn das Herz nicht mit Respekt gefüllt ist, dann ist es nur ein Gefäss ohne Inhalt.

先生