

Erklärungen zu den Dojokun

1. Suche nach der Vervollkommnung deines Charakters

Diese Regel bezieht sich auf das ausgewogene innere Verhältnis des Menschen zu sich selbst. Sie macht deutlich, dass die Übung des Budo nicht nur das Körperliche meint, sondern dass der Übende sich in allen alltäglichen Situationen selbstkritisch betrachten soll, um festzustellen, welche die inneren Probleme sind, die der Perfektion seines Selbst im Wege stehen. Durch diese Regel wird der Übende aufgerufen, seinen inneren Unebenheiten mit derselben Kraft zu begegnen, wie er es im körperlichen Training lernt, äußere Schwierigkeiten zu überwinden. Durch Selbstreflexion mit wachem Geist kann der Übende den Sinn dieser Regel in unzähligen Situationen an sich selbst feststellen, so kann er zum Beispiel erkennen, ob er sich im inneren Gleichgewicht befindet oder ob er im Vorurteil denkt und handelt. Auch Tendenzen zur Überheblichkeit, zum Egoismus, zur Ungerechtigkeit, zum Selbstmitleid, zu unkontrollierten Gefühlen und ähnlichen Schwächen fallen unter diese Regel. Wenn sie nicht behoben werden, verhindern sie den Fortschritt auf dem Weg. Lernt er jedoch, sein Inneres zu meistern, wird ihm diese Erfahrung im Leben sehr von Nutzen sein. Die Übung des Körpers wird mit dem Älterwerden ihre Grenze erreichen, der Geist jedoch lässt sich bis zum Tod immer weiter vervollkommen.

2. Verteidige die Wege der Wahrheit

Diese Regel bezieht sich auf die Haltung des Menschen gegenüber dem Leben und auf die Bereitschaft zum richtigen Verhältnis zwischen Selbst und Gegenüber. Sie macht darauf aufmerksam, dass auf dem Weg zu einem Ziel eine harmonische Beziehung zwischen dem Selbst und den existierenden Umständen nötig ist, da kein Ziel im selbstsüchtigen Wollen, sondern nur im rechten Verhältnis zu den Gegebenheiten erreicht werden kann. So z. B. erläutert sie die Grundvoraussetzungen, durch die rechte und gerechte Beziehungen zu anderen Menschen möglich werden. Fruchtbare Beziehungen entstehen erst dann, wenn ein Mensch fähig ist, persönliche Ansprüche durch die Bereitschaft zur Hingabe auszugleichen. Gerät das Gleichgewicht zwischen Bereitschaft und Anspruch durch egoistische oder oberflächliche Fehlhaltungen in Gefahr, wird jede Kommunikation unterbrochen. Das Gleichgewicht zwischen »innen« und »außen« ist wichtig, will der Mensch sich auf die rechte Weise in der Welt bekunden. Stillschweigend setzt jeder Mensch bei einem anderen, mit dem er in gemeinsame und gegenseitige Abhängigkeiten tritt, diese gleichgewichtige Haltung voraus. Doch dort, wo Menschen mehr wollen, als sie geben, höhere Ansprüche stellen, als sie bereit sind zu verantworten, viel versprechen und wenig halten, Großes beabsichtigen und Kleines tun, ziehen sie sich das Missfallen all jener zu, die das entstehende Ungleichgewicht durch erhöhte Opfer ausgleichen müssen. Da keine realistische Selbsteinschätzung vorhanden ist, erlaubt eine solche Haltung auch keinen wahren Wertaustausch mit anderen und deshalb auch keine ehrliche, sondern nur eine oberflächliche Beziehung.

3. Sei achtsam in deinem Streben

Diese Regel bezieht sich auf die Verwirklichung des Menschen in seinen persönlichen Lebenszielen. Sie hängt eng mit dem ersten und zweiten Leitsatz zusammen, da jedes angestrebte Ziel einer reifen Grundhaltung bedarf, wenn es abwegige und uneinschätzbare Wirkungen vermeiden will. Wie Menschen im persönlichen Umfeld ihre Ziele setzen, bestimmt in einer übergeordneten Dimension den Frieden in der Welt. Deshalb ist Strebsamkeit allein nicht die vermeintlich positive Kraft, sondern wird es erst durch die Verbindung mit einer reifen inneren Haltung. Streben ist gebunden an Sinn, an Maß und an Erkenntnis. Die Philosophie des Budo lehrt, dass Streben ohne Verantwortung auf die eine oder andere Weise immer dem Leben entgegensteht. Diese Betrachtung ist nicht nur dem Budo eigen, sondern allen Philosophien, die einen Ausweg aus dem durch falsches Streben hervorgerufenen Dilemma suchen, in der sich gegenwärtiges Leben befindet. Der Mensch ist im Gegensatz zum Tier in einer zweipoligen Bestimmung verhaftet: Zum einen ist er wie alles Leben das Resultat eines natürlichen Zufalls, darin gefangen und ihm bedingungslos unterworfen. Da er sich nicht herauslösen kann, ist er den natürlichen Gesetzen ohnmächtig unterworfen, abhängig und unselbständig. Zum anderen entwickelt er aber durch sein Bewusstsein eine zweite, der ersten entgegengesetzte Kraft, dank der er persönliche Ziele anstreben und erreichen kann. So verändert er nach eigenen Vorstellungen die Welt und verwirklicht darin das Abbild dessen, was er in seinem Sinne für richtig und dienlich hält. Darin besteht sein Unterschied zum Tier, das, des Denkens nicht mächtig, den natürlichen Gesetzen widerstandslos preisgegeben ist. Jeder bewußte Eingriff in das von der Natur geforderte Hinnehmen ist jedoch immer Selbstverwirklichung und Auflehnung zugleich. Alles, was der Mensch für die Verwirklichung seiner persönlichen Wünsche beansprucht, nimmt er sich zum Nachteil jener Kraft, die ihm Leben ermöglicht. Überschreitet er das Maß und verletzt das

natürliche Gleichgewicht seiner Existenzgrundlagen, entfernt er sich gleichzeitig von der Quelle seiner natürlichen Lebenskraft, durch die er entsteht, wächst und gedeiht. Das Vertrauen in das Selbst erlaubt dem Menschen einen gewissen Spielraum gegenüber den übermächtigen Kräften der Natur, doch die vollkommene Befreiung ist nicht möglich. Nur durch einen Geist, der das Maß erkennt und das Gleichgewicht wahrt, kann sein Leben gedeihen. Damit ein solcher Geist walten kann, ist Streben notwendig, doch es darf nicht vom Ich bestimmt sein, das Wachstum und Gewinn ohne Grenzen fordert. Es bedarf der Kontrolle und der Lenkung aus der von innen heraus gereiften Haltung zum Leben, die Streben in beide Richtungen der menschlichen Bestimmung ermöglicht. Im Ungleichgewicht der Extreme verfehlt es den Sinn und stellt das Überleben in Frage.

4. Ehre die Prinzipien der Etikette

Diese Regel bezieht sich auf die richtigen Formen der Verhaltensetikette, die ein Mensch beachten muss, wenn er von anderen verstanden und angenommen werden will. Menschen mit einer ungepflegten Verhaltensetikette werden selbst im Wohlgemeinten missverstanden, denn sie widerlegen ihre Absichten und Aussagen durch widersprechende Gesten. Die rechte Etikette macht einen Menschen glaubwürdig, offen und unkompliziert. Sie bewirkt eine verständliche Kommunikation mit anderen und hilft, die Harmonie in den zwischenmenschlichen Beziehungen zu erhalten. Die Etikette besteht aus der objektiv wahrnehmbaren Form des Verhaltens eines Menschen, durch die er einem anderen mitteilt, dass er in der rechten Weise zur gegenseitigen Verständigung bereit ist. Dort, wo die Form von inneren Unebenheiten überschattet oder durch eine unbewusste Gestik widerrufen wird, verliert der Mensch an Glaubwürdigkeit und Vertrauen. Menschen ohne Etikette sind beständig dabei, das, was sie sagen, durch ihren Ausdruck zu widerlegen. Darauf beruhen viele Missverständnisse. Häufig zerbricht eine Beziehung an der Unfähigkeit, sich angemessen mitzuteilen. Durch die in der Übung gereifte Etikette ist ein Mensch in der Lage, sich von jenen inneren Zwängen zu befreien, die ihm Wohlgemeintes nach außen ins Gegenteil verdrehen. Ohne Etikette wird Aufrichtigkeit zu Grobheit, Mut zu Auflehnung, Demut zu Unterwürfigkeit, Respekt zu Kriecherei und Vorsicht zu Furchtsamkeit. Die rechte Etikette sorgt für Frieden und Harmonie zwischen den Menschen. Sie findet in den Kampfkünsten in den Leitsätzen »Ohne Höflichkeit geht der Wert des Karate verloren« und »Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt« ihren Ausdruck.

5. Verzicht auf Gewalt

Diese Regel bezieht sich sowohl auf die notwendige innere Haltung, die menschliches Zusammenleben ermöglicht, als auch auf die Formung eines menschenwürdigen Charakters. Bei den Tieren sind die Verhaltensmuster zur Erhaltung ihrer Art in ihren natürlichen Anlagen vorgegeben und werden von der Natur gelenkt. Der Mensch kann sie durch seine Verselbständigung mit egoistischen Interessen ersetzen und braucht daher eine durch Erkenntnis verinnerlichte Instanz, die auf das Maß seiner Handlungen achtet. Diese Instanz ist dem Menschen nicht mitgegeben, er muss sie sich erarbeiten. Deshalb mahnt diese Regel zum Verzicht auf körperliche Gewalt und bezeichnet gleichzeitig alle Formen der Gewaltanwendung als menschenunwürdig. Ein Fortgeschrittener in den Kampfkünsten kann anderen Menschen ernsthafte Verletzungen zufügen und ist dann, wenn er seine Fähigkeiten als Machtmittel gegenüber seinen Mitmenschen verwendet, eine Gefahr für die Gesellschaft und ein unwürdiges Individuum. Auf dieser Grundlage wurde ursprünglich das Budo vom Bujutsu getrennt. Das Ziel des Bujutsu war es, vollendete Formen des Tötens zu lehren, während das Budo die Selbstmeisterschaft, also die Meisterschaft des Verhaltens, lehrt. Meister Funakoshis Karate ni sente nashi (Im Karate gibt es keinen Angriff) erläutert, dass der Mensch als geistiges Wesen die Fähigkeit besitzt, Wege der Gewaltlosigkeit zu finden, wenn er den Situationen mit überwundenem Ich begegnet. Die Lösung der zwischenmenschlichen Probleme auf der Basis der Gewalt sind primitive Gepflogenheiten und ermöglichen kein menschliches Zusammenleben unter dem Zeichen des Geistes. Der gebildete Mensch ist in der Lage, Situationen zu beurteilen und Lösungen zu suchen. Ist sein Resultat dennoch die Gewalt, hat er sich vom Tier nicht weit entfernt. In der Geschichte der Kampfkünste wie in der Menschheitsgeschichte überhaupt gibt es zahllose Zeugnisse von großem Leid, das durch Gewaltanwendung über die Menschen kam. Dennoch gehen viele Kampfkunstanhänger mit diesem Leitsatz leichtfertig um. Manche Menschen üben die Kampfkünste nur mit dem Zweck, ihre Gegner besiegen zu lernen. Budo ist jedoch vor allem eine Kunst der Selbstperfektion, und dazu gehört unabdingbar das richtige Verständnis dieser Regel.

Die Dojokun in der Zeitgeschichte

In allen traditionellen Künsten des Weges gibt es eine Dojokun. Die erste Karate-Dojokun wurde auf Okinawa von Meister Sakugawa geschaffen und weist viele Ähnlichkeiten mit den Leitsätzen des japanischen Budo auf. Ihr eigentlicher Ursprung liegt jedoch in den Anfängen der Kampfkunst im alten Shaolin-Kloster. Man sagt, die erste Dojokun (Wu-de - Kampfkunsttugenden) stammt von dem indischen Mönch Bodhidharma aus dem Shaolin-Kloster. Bodhidharmas Wu-de gründete sich auf den Tugenden Disziplin, Selbstbeherrschung, Bescheidenheit und Achtung vor dem Leben. Später erweiterte Jue Yuan die bis dahin bestehenden 72 Kampfverfahren des Shaolin auf 170 Bewegungen und schuf mit Hilfe von Li Cheng und Bai Yu-Feng die Shaolin-Tierstile (Wu-qin-xi). Bereits damals hatte man sehr wohl erkannt, daß dem gefährlichen Quan-fa eine zügelnde Kraft beigegeben werden musste. Ausgehend von Bodhidharmas Wu-de, schuf Jue Yuan für die Shaolin-Schüler zehn Regeln. Diese gelten als die erste überlieferte Dojokun.

Die zehn Regeln des Jue Yuan:

1. Wer den Weg des Quan-fa geht, muss mit Eifer und Ausdauer an sich arbeiten und darf keine Ablenkung durch andere Dinge zulassen.
2. Die Anwendung des Quan-fa dient nur der Selbstverteidigung.
3. Der Schüler muss sich dem Lehrer gegenüber ehrerbietig und bescheiden erweisen und ihm stets Hochachtung entgegenbringen.
4. Der Schüler muss seinen Kameraden gegenüber höflich, ehrlich und wohlwollend sein.
5. Üben des Quan-fa ist es verboten, in der Öffentlichkeit ihre Kunst zu demonstrieren.
6. Quan-fa-Schüler beginnen nie eine Schlägerei.
7. Quan-fa-Schüler trinken keinen Wein und essen kein Fleisch.
8. Quan-fa-Schüler enthalten sich des Geschlechtsverkehrs.
9. Das Quan-fa darf nur an Menschen weitergegeben werden, die reinen Herzens sind und aufrichtige Dankbarkeit zeigen.
10. Wer das Quan-fa studiert, muss Bosheit, Gier, Neid und Prahlerei überwinden.

In den nachfolgenden Schulen des Quan-fa entwickelten die Meister nach altem Vorbild jeweils eigene Kampfkunstregeln, die auf die Eigenheiten der Stile und des Umfeldes abgestimmt waren, in dem sie agierten.

Fünf Regeln einer alten Quan-fa-Schule:

1. Bemühe dich um einen Ausgleich deines Äußeren: Haltung, Kleidung, Benehmen und sprachliche Umgangsformen sollen übereinstimmen.
2. Bewahre Stattlichkeit in der Haltung und in der Sprache. Begegne anderen mit Selbstvertrauen, Natürlichkeit und ständigem Wohlwollen.
3. Kontrolliere dich und lasse Veränderungen der eigenen Laune nicht durch Gestik, Mimik oder Haltung erkennen. Bewahre gleichmäßige und angenehme Umgangsformen.
4. Erhalte Munterkeit und positive Laune. Zeige keine Anzeichen von Müdigkeit.
5. Erhalte Disziplin und Selbstdisziplin in allen Lagen.

Als Meister Funakoshi nach Japan kam, gründete er auf der Grundlage der okinawanischen Dojokun ebenfalls eine eigene, die unter der Bezeichnung Shoto-nijukun bekannt geworden ist. Diese Regeln werden heute oft zitiert, aber selten beachtet. Ihre ausführliche Erläuterung findet sich in Ostasiatische Kampfkünste - das Lexikon von Werner Lind, erschienen im Sportverlag Berlin, 1996. Weitere Formen der okinawanischen Dojokun (Itosu, Kyan, Motobu u.a) finden sich in Okinawa. Karate von demselben Autor, erschienen 1997 ebenfalls im Sportverlag Berlin.

Funakoshi Gichins Shoto-nijukun

1. Karate-do wa rei ni hajimari, rei ni owaru koro wo wasuruna - Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.
2. Karate ni sente nashi - Im Karate gibt es keinen Angriff.
3. Karate wa gi no tasuke - Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.
4. Mazu jiko wo shire, shikoshite tao wa shire - Erkenne zuerst dich selbst, dann den anderen.
5. Gijulso yoi shinjutsu - Intuition ist wichtiger als Technik.
6. Kokoro wa hanatan koko wo yosu - Lerne deinen Geist zu kontrollieren und befreie ihn erst danach.
7. Wazawai wa getai ni shozu - Unglück geschieht immer durch Unachtsamkeit.
8. Dojo nomino karate to omou na - Glaube nicht, dass Karate nur im Dojo stattfindet.
9. Karate no shugyo wa issho de aru - Karate üben heißt, ein Leben lang zu arbeiten; darin gibt es keine Grenzen.

10. Arai-yuru mono wo karate-ko seyo. soko ni myo-mi ari - Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, dann wirst du Myo finden.
11. Karate wa yu no goto shi taezu netsudo wo alaezareba molo no mizu ni koeru - Wahres Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht beständig erwärmst.
12. Katsu kangae wa molsu na makenu kongae wa hitsuyo - Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.
13. Tekki ni yotte tenka seyo - Verändere ständig deine Verteidigung gegenüber dem Gegner.
14. Tattakai wa kyo-jitsu no soju ikon ni ari - Der Kampf entspricht immer deiner Fähigkeit, mit Keyo und Jitsu umzugehen (Keyo unbewacht, Jitsu - bewacht).
15. Hito no te ashi wo ken to omoe - Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.
16. Danshi mon wo izureba hyakuman no lekki ari - Wenn du den Ort verlässt, an dem du zu Hause bist, machst du dir zahlreiche Feinde.
17. Kamae wa shoshinsha ni ato wa shizentai - Anfänger müssen alle Haltungen ohne eigenes Urteil annehmen, um danach einen natürlichen Zustand des Verstehens zu erreichen.
18. Kata wa tadashiku jissen wa belsu mono - Die Kata muss ohne Veränderung korrekt ausgeführt werden, im wirklichen Kampf gilt das Gegenteil.
19. Chikara no kyojaku (hart und weich) Karada no shinshuku (Spannung und Entspannung) Waza no kankyu wo wasaruna (langsam und schnell) - alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.
20. Tsune ni shinen kufu seyo - Erinnere dich und denke immer an Kufu -lebe diese Vorschriften jeden Tag.