

# DÔJÔ - KUN

## - Die Regeln im DÔJÔ -

Die noch heute gültigen fünf klassischen DÔJÔ-KUN des KARATE & KOBUDÔ gehen vermutlich auf SAKUGAWA KANGA (1733-1815) zurück, der sie so für das TÔDE formuliert haben soll. Möglicherweise formulierte er damit ethische Grundwerte, die er bei seinem Aufenthalt in China erkannte.

Die ursprüngliche Idee dieses Kodex lässt sich aber über das chinesische SHAOLIN-Kloster bis zum legendären Mönch BODHIDHARMA zurückverfolgen.

道 DÔ = Weg, Pfad  
場 JÔ = Ort, Standort  
訓 KUN = Anweisung

DÔJÔ-KUN bedeutet also: „Anweisungen für den Ort des Weges“.

DÔJÔ-KUN gelten aber nicht nur im DÔJÔ. Sie gelten für Schüler und Meister gleichermaßen und sollen für den BUDÔ-KA ein Leitfaden seines täglichen Handelns sein.

Traditionell werden die DÔJÔ-KUN am Ende des Trainings laut, in einem kräftigen und aufrechten Ton, aufgesagt. Der höchst graduierte anwesende Schüler sagt jede einzelne Regel laut vor, die danach von den Anwesenden eben so laut wiederholt wird.

Der Sinn besteht darin: Nachdem man im ganzen Training theoretisch tödliche Techniken geübt hat, sollen die Regeln am Ende des Trainings noch einmal das eigentliche Übungsziel in Erinnerung rufen – die Vervollkommnung der Persönlichkeit. So wie die Bewegungen und Techniken im Training automatisiert werden, so sollen sich auch diese Regeln in den Geist der Übenden einbrennen.

### Die fünf klassischen DÔJÔ-KUN des SAKUGAWA

一人格完成に努むる事  
一誠の道を守る事  
一努力の精神を養う事  
一礼儀を重んずる事  
一血気の勇を戒むる事

訓

Die DÔJÔ-KUN werden von rechts nach links und von oben nach unten gelesen.

Es gibt keine Wertigkeit bei diesen Regeln. Die fünfte Regel ist genauso wichtig wie die erste.

Jede Regel beginnt mit "HITOTSU" (wörtlich: "eins") und endet mit "KOTO" (wörtlich: "Sache", "Ding", "Ereignis", "Umstand", "Erfahrung"). In dieser Kombination der Schriftzeichen bedeutet dies: „Es ist wichtig:“.

Jeweils zwischen HITOTSU und KOTO befinden sich die Regeln. Sie werden durch diese zwei Begriffe voneinander abgegrenzt, so wie wir es durch einen Punkt am Satzende tun würden.

1.

- Das Verhältnis zu sich selbst -

**HITOTSU, JINKAKU KANSEI NI TSUTOMERU KOTO.****Es ist wichtig, nach der Vervollkommnung des Charakters zu streben.**

人	Jin	Persönlichkeit, Charakter
格	kaku	
完	kan	Perfektion, Vollendung
成	sei	
に	ni	Partikel
努	tsuto	großen Versuch starten, hart versuchen, sich sehr anstrengen
め	me	
る	ru	
こ	ko	Sache, Ding, Ereignis, Umstand, Erfahrung
と	to	

Diese Regel drückt aus, dass der Schwerpunkt des Trainings nicht auf Stärke, Geschwindigkeit oder der Fähigkeit liegt, jemanden zu besiegen, sondern auf dem Streben nach der Perfektionierung des eigenen Charakters.

Gichin Funakoshi beschrieb in seinem Buch "Karate dô - Mein Weg" eine Geschichte, bei der sich zwei Dörfer bekämpften und er als Schiedsrichter hinzugezogen wurde. Er fand eine für beide Parteien akzeptable Lösung und konnte somit einen Kampf verhindern.

Genau dieses Ziel ist im KARATE-DÔ anzustreben: einen kühlen Kopf bewahren und eine friedliche Lösung finden.

2.

- Das Verhältnis zur Welt -

**HITOTSU, MAKOTO NO MICHIO MAMORU KOTO.****Es ist wichtig, den Weg der Aufrichtigkeit zu bewahren.**

誠	Makoto	Aufrichtigkeit, Wahrheit
の	no	Partikel
道	michi	Weg, Straße, Methode
を	wo	Partikel
守	mamo	beschützen, verteidigen, ausführen
	ru	
こ	ko	Sache, Ding, Ereignis, Umstand, Erfahrung
と	to	

Diese Regel besagt, dass man den Weg der wahrhaftigen Wahrheit gehen soll.

Ein KARATEKA sollte immer Aufrecht sein, er sollte sich auf das stützen was er bereits erreicht hat, nicht auf das, was er zu erreichen träumt.

Bruce Lee sagte einmal: „Wenn Sie morgen nicht in Teufels Küche kommen wollen, dann sagen Sie bereits heute die Wahrheit!“

Jede Lüge kommt irgendwann, irgendwo, irgendwie ans Tageslicht.

3.

- Wege des rechten Strebens -

**HITOTSU, DÔRYOKU NO SEISHIN O YASHINAU KOTO.****Es ist wichtig, den Geist der Bemühung zu entfalten.**

道	Do	Anstrengung, großer Aufwand, Bemühung
力	ryoku	
の	no	Partikel
	sei	Absicht, Ziel, Herz, Seele, Geist
神	shin	
を	wo	Partikel
養	yashina	aufrecht erhalten, be- wahren
う	u	
こ	ko	Sache, Ding, Ereignis, Umstand, Erfahrung
と	to	

Eine wesentlich kürzere, aber auch sehr treffende, Übersetzung lautet: „Bemühe dich stets und ständig.“

Prinzipiell geht es in dieser Regel um das „motiviert sein“. Der Schüler, welcher sich auch außerhalb des Trainings über seine Kunst informiert, dem Lehrer aufmerksam zuhört und mit ganzem Elan trainiert, kann sehr große Fortschritte erzielen.

Schon Konfuzius erklärte einst: „Nur Beharrung (Ausdauer) führt zum Ziel“. Oder wie man in unseren Breiten sagt: „Ohne Fleiß kein Preis“.

4.

- Verhaltensetikette -

**HITOTSU, REIGI O OMONZURU KOTO.****Es ist wichtig, höflich zu sein.**

礼	Rei	Etikette, Höflichkeit,
儀	gi	Manieren
を	wo	Partikel
重	omo	
ん	n	respektieren, achten,
ず	zu	schätzen, ehren
	ru	
こ	ko	Sache, Ding, Ereignis,
と	to	Umstand, Erfahrung

Diese Regel besagt, dass man die Höflichkeit und insbesondere die Etikette (Verhaltensregeln in den Kampfkünsten) hoch schätzen soll.

Im heutigen KARATE bestehen die Etikette aus der Verbeugung zueinander vor und nach einer Übung, dem An- und Abgrüßen vor und nach dem Training und dem höflichen Umgang gegenüber Lehrer und Schüler.

Diese, zu Beginn erst einmal erzwungenen, Verhaltensweisen im DÔJÔ, führen im Laufe der Gewöhnung auch zu einem höflicheren Verhalten in der Gesellschaft.

5.

- Gewaltloses Handeln -

**HITOTSU, KEKKI NO YÛ O IMASHIMURU KOTO.****Es ist wichtig, sich vor begeistertem Heldentum zu hüten.**

血	Kek	Leidenschaft, Begeisterung
気	ki	
の	no	Partikel
勇	yû	Mut, Tapferkeit, Heldentum
を	wo	Partikel
戒	imashi	
む	mu	ermahnen, belehren,
	ru	warnen
こ	ko	Sache, Ding, Ereignis,
と	to	Umstand, Erfahrung

Diese Regel weist darauf hin, sich nicht als ein Held aufspielen zu wollen, nicht jemand zu sein, der sein Können in der Kampfkunst dafür missbraucht, um sich vor anderen als "großer Mann" aufzuspielen.

Dies gilt natürlich nicht nur auf die Kampfkünste bezogen!

---

Prinzipiell hat jeder Stil-, Schul, oder DÔJÔ-Begründer das Recht, die aus seiner Sicht für seine Schule wichtigen Punkte in Form von DÔJÔ-KUN zu fixieren. Daher sind auch eine ganze Reihe von klassischen DÔJÔ-KUN überliefert:

## Die zehn Regeln des ITOSU SHURI-TE



Der okinawanische SHURI-TE Meister YASUTSUNE (auch: ANKO) ITOSU (1830-1914) war einer der größten Meister des KARATE die es je gab. Er war nicht nur ein unbesiegbare Kämpfer, er gründete auch die KATA TEKKI-NIDAN, TEKKI-SANDAN, BASSAI-SHÔ, KANKU-SHÔ, SHIHO-KUSHANKU und die fünf PINAN (HEIAN)-KATA und veränderte das alte Kampf-KARATE zum heutigen Gesundheits-KARATE, um es für künftige Generationen zu erhalten und seine Verbreitung zu fördern.

Meister ITOSU, neben AZATO einer der Hauptlehrer FUNAKOSHI's, dessen KARATE der Altmeister FUNAKOSHI GICHIN bis 1938 ausschließlich in Japan lehrte, definierte die Linie seiner Schule durch folgende zehn Regeln:

1. KARATE sollte nicht aus eigenem Interesse geübt werden, sondern zum Schutz deiner Eltern, und es ist niemals dazu gedacht, um jemand zu verletzen.
2. KARATE wird geübt, um die Muskeln und Knochen hart wie Stein zu machen, und die Arme und Beine sollen Speere ersetzen können. Es kann dazu beitragen, unsere militärische Kraft zu erhöhen. Fürst Wellington sagte bei seinem Sieg über Napoleon: "Unser heutiger Sieg wurde im Schulhof errungen."
3. KARATE kann nicht in kurzer Zeit gemeistert werden. Ein bis zwei Stunden harten Trainings jeden Tag können dir dazu verhelfen, in drei oder vier Jahren KARATE zu lernen.
4. Um im KARATE starke Hände und Füße zu entwickeln, muss man im Training mit jeder Technik ein- bis zweihundert Mal zustoßen.
5. KARATE muss mit geradem Körper, geöffneten Lungen, abgesenkten Schultern und mit den Füßen fest auf dem Boden geübt werden.
6. Bei der Übung der KARATE-KATA muss man ihren praktischen Gebrauch in Erinnerung behalten.
7. In der Übung der KARATE-KATA kann unterschieden werden, ob man sie als Körperkultur oder zum Meistern ihres Kampfstils übt.
8. KARATE übt man mit solcher Intensität, als wäre man auf dem Schlachtfeld.
9. Versäume es nicht, durch die Übung des KARATE deine körperliche Stärke auszubilden.
10. KARATE-Meister haben länger gelebt als andere Menschen, weil KARATE hilft, den Körper zu stärken, die Funktion der inneren Organe auszugleichen und den Blutkreislauf zu regeln. Deshalb soll KARATE unter diesem Aspekt an den Grundschulen und an den höheren Schulen geübt werden.

## SHÔTÔ-NI-JU-KUN - Die zwanzig Regeln des SHÔTÔ -



Diese 20 (NI-JU) Regeln erstellte Meister FUNAKOSHI GICHIN (10.11.1868-26.04.1957), der Begründer des SHÔTÔKAN-KARATE-DÔ, wahrscheinlich zu Beginn der 1930er Jahre. Sie enthalten die Erfahrungen seines Lebens und er riet dringend zu ihrer Beachtung. FUNAKOSHI verfasste auch Gedichte, die er mit SHÔTÔ signierte. Daher bezeichnet man diese Regeln als die 20 Regeln des SHÔTÔ (SHÔTÔ-NI-JU-KUN).

### 富名腰義珍翁空手道二十条

- 一、空手は礼に初まり礼に終る事を忘るな。
- 二、空手に先手なし。
- 三、空手は義の補け。
- 四、先づ自己を知れ而して他を知れ。
- 五、技術より心術。
- 六、心は放たん事を要す。
- 七、禍は懈怠に生ず。
- 八、道場のみの空手と思うな。
- 九、空手の修業は一生である。
- 十、凡ゆるものを空手化せ其処に妙味あり。
- 十一、空手は湯の如く絶えず熱を与えざれば元の水に返る。
- 十二、勝つ考えは持つな、負けぬ考えは必要。
- 十三、敵に因つて転化せよ。
- 十四、戦は虚実の操縦如何にあり。
- 十五、人の手足を鍛と思え。
- 十六、男子門を出づれば百万の敵あり。
- 十七、構えは初心者に、あとは自然体。
- 十八、型は正しく、実戦は別もの。
- 十九、力の強弱、体の伸縮、技の緩急を忘るな。
- 二十、常に思念工夫せよ。

1. **Karate-dô wa rei-ni hajimari, rei-ni owaru koto-o**  
KARATE beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.
2. **Karate-ni sente nashi**  
Im KARATE gibt es kein Zuvorkommen. (Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.)
3. **Karate-wa gi-no-tasuke** - KARATE ist ein Helfer der Gerechtigkeit.
4. **Mazu jiko-o shire, shikoshite tao-wa shire**  
Erkenne dich selbst zuerst, dann den anderen.
5. **Gijutsu yooi shinjutsu**  
Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik (Intuition ist wichtiger als Technik).
6. **Kokoro-wa hanatan koko-o yosu**  
Lerne deinen Geist zu kontrollieren und befreie ihn dann.

7. **Wazawai-wa getai-ni shozu** - Unheil geschieht durch Nachlässigkeit.
8. **Dôjô-nomino karate-to omou na** - KARATE ist nicht nur im DÔJÔ.
9. **Karate-no shugyo-wa issho de-aru**  
Die Ausbildung im KARATE geht ein Leben lang.
10. **Arai-yuru mono-o karate-wa seyo, soko-ni myo mi-ari**  
Verbinde dein alltägliches Leben mit KARATE, das ist der Zauber der Kunst.
11. **Karate-wa yu-no-gotoshi taezu netsudo-o ataezareba moto-no mizu-ni kaeru**  
Wahres KARATE ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht beständig erwärmst.
12. **Katsu kangae-wa motsu namakenu kangae-wa hitsuyo**  
Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst.
13. **Tekki-no yotte tenka seyo** - Wandle dich abhängig vom Gegner.
14. **Tattakai-wa keyo-jitsu-no soju ikan-ni ari**  
Der Kampf hängt von der Handhabung des Treffens und des Nicht-Treffens ab.
15. **Hito-no-teashi-o ken to omou**  
Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.
16. **Danshi mon-o izureba hyakuman-no tekki ari**  
Wenn man das Tor der Jugend verlässt, hat man viele Gegner.
17. **Kamae-wa shoshinsha-ni ato-wa shizentai**  
Das Einnehmen einer Haltung gibt es beim Anfänger, später gibt es den natürlichen Zustand.
18. **Kata-wa tadashiku jissen-wa betsu mono**  
Übe die KATA korrekt, im echten Kampf ist das eine andere Sache.
19. **Chikara-no kyojaku karada-no shinshiku waza-no kankyo-o wasaruna**  
Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell - alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.
20. **Tsune-ni shinen kufu seyo** - Denke immer nach und versuche dich ständig an Neuem.

**RYÛKYÛ KOBUDÔ TESSHINKAN KYÔ KAI  
KUN**

TAMAYOSE HIDEMI (14.07.1949-), der Begründer des RYÛKYÛ KOBUDÔ TESSHINKAN KYÔKAI, legte für sein KOBUDÔ die folgenden Leitsätze fest:



**HITOTSU REIGI**

Es ist wichtig, höflich zu sein.

**HITOTSU SEIKETSU**

Es ist wichtig, Reinheit zu halten  
(geistig und körperlich).

**HITOTSU JITCHOKU**

Es ist wichtig, bescheiden zu sein.

