

## DOJO-Etikette

1. Dieses Dojo folgt auf ernsthafte Weise den traditionellen Regeln nach den Ideen des Aikido-Begründers O Sensei Morihei Ueshiba. Hier ist ein Platz seinen Lehren zu folgen.
2. Die Studierenden sind angehalten zusammenzuarbeiten, um eine positive Atmosphäre von Harmonie und Respekt zu schaffen.
3. Es liegt in der Entscheidung des Lehrers, ob er Dich unterrichten wird oder nicht. Man kann die Techniken nicht kaufen. Die Mitgliederbeiträge ermöglichen diesen Ort der Übung und sind für Dich eine Möglichkeit Deine Dankbarkeit für die erhaltenen Unterweisungen zu zeigen.
4. Es steht in der moralischen Verantwortung jedes Lernenden, Aikido-Techniken niemals dazu zu benutzen, eine andere Person zu verletzen oder sein Ego herauszustellen. Es sind keine Techniken der Zerstörung, sondern Techniken der Schöpfung. Sie sind Mittel, eine bessere Gesellschaft zu entwickeln, durch die Entwicklung des Charakters des Einzelnen.
5. Du bist hier um zu üben. Zwinge andere nicht Deine Ideen auf. Auf der Matte darf es keine Konflikte zwischen dem Ego Einzelner geben. Aikido ist kein Straßenkampf. Du bist auf der Matte zur Klärung und Meisterung Deiner aggressiven Energie, um den Geist eines Samurai zu verkörpern, indem Du Deine soziale Verantwortung entdeckst.
6. Es gibt keinen Wettkampf. Der Zweck des Aikido liegt nicht in der Bekämpfung oder Vernichtung eines Feindes, sondern in der Bekämpfung Deiner eigenen aggressiven Instinkte. Die Stärke des Aikido liegt nicht in der Muskelkraft, sondern in der Flexibilität, Kommunikation, Abstimmung, Kontrolle und Bescheidenheit.
7. Unverschämtheit wird nicht toleriert. Wir alle müssen uns unserer Grenzen bewusst sein.
8. Jeder hat andere körperliche Möglichkeiten und Gründe Aikido zu praktizieren. Dieses muss akzeptiert werden. Wahres Aiki ist die saubere und flexible Anwendung von Technik den wechselnden Umständen entsprechend. Jedermann ist verantwortlich keine Verletzungen zu verursachen. Du musst Dich und Deine Übungspartner schützen.
9. Empfange die Unterweisungen des Lehrers und führe seine Hinweise zum Training, Deinen Möglichkeiten entsprechend, ernsthaft aus.
10. Alle studieren hier die gleichen Prinzipien. Es gibt keine Konflikte zwischen irgendwelchen Gruppierungen oder in der Wahl der Seite. Die Dojo-Mitgliedschaft ist eine Familie, und das Geheimnis von Aikido ist Harmonie.
11. Immer, wenn Du die Matte betrittst oder verlässt, verbeuge Dich in Richtung Shomen und zum Bild des Begründers. Respektiere ihn und seine Leute, wie sie vom Lehrer verfolgt und weitergegeben wird.
12. Respektiere das Dojo und Deine Übungsmittel. Der Gi sollte sauber und ordentlich sein. Die Waffen müssen in gutem Zustand und, wenn sie nicht benutzt werden, aufgeräumt sein. Benutze nie den Gi oder die Waffen eines anderen ohne dessen Einverständnis.
13. Einige Minuten vor Trainingsbeginn sollst Du, in formeller Haltung, nach Rang, in stiller Meditation in einer Reihe sitzen. Diese Minuten sind dazu da, Dich von den Problemen des Alltags zu lösen und Dich auf das Üben vorzubereiten.
14. Die Übungsstunde wird eröffnet und beendet mit einer formellen Zeremonie aus dem Do-In (Shin Pai). Es ist wichtig, rechtzeitig da zu sein und an dieser Zeremonie teilzunehmen. Solltest Du jedoch einmal zu spät kommen, mache diese Zeremonie für Dich und störe die bereits Übenden dabei nicht.
15. Seiza ist die angemessene Art auf der Matte zu sitzen. Mit Knieproblemen kannst Du auch mit gekreuzten Beinen sitzen. Sitze aber niemals mit ausgestreckten Beinen und lehne Dich nicht gegen die Wand. Du musst immer wachsam sein.

16. Während des Trainings darf die Matte nicht verlassen werden, außer im Falle einer Krankheit oder Verletzung. Melde Dich beim Lehrer ab, damit er sich nicht unnötig sorgen muss.  
Während des Trainings darf kein Schmuck getragen werden. Du könntest Dich und andere damit verletzen.
17. Wenn der Lehrer im Unterricht eine Technik zeigt, sollst Du still und aufmerksam in Seiza sitzen. Nach der Demonstration verbeuge Dich zu Deinem Lehrer und dann zu Deinem Partner und fange unverzüglich zu üben an.
18. Wenn das Beenden der Technik angesagt wird, Stopp sofort, verbeuge Dich zu Deinem Partner und setze Dich schnell zu den anderen in die Reihe.
19. Hänge nicht auf der Matte herum. Du sollst üben oder in angemessener Haltung darauf warten, bis Du an der Reihe bist.
20. Wenn es aus irgendeinem wichtigen Grund nötig sein sollte, den Lehrer etwas zu fragen, ruf ihn nicht her, sondern geh zu ihm hin und verbeuge Dich vor ihm und warte, bis er Zeit für Dich hat.
21. Wenn Du im Training eine besondere Unterweisung erhältst, pass gut auf; verbeuge Dich am Ende. Wenn jemand anderer unterwiesen wird, kannst auch Du unterbrechen und zuschauen.
22. Respektiere diejenigen, die mehr Erfahrung haben (Sempai). Diskutiere niemals über Techniken.
23. Wenn Du die gerade zu übende Technik kannst und Du übst mit jemanden, der sie nicht kann, führe ihn durch die Technik. Versuche jedoch nicht den anderen zu korrigieren, wenn Du nicht Sempai bist.
24. Auf der Matte soll das Sprechen auf das absolute Minimum reduziert sein. Aikido ist Erfahrung.
25. Hänge nicht vor und nach dem Training auf der Matte herum. Der Platz ist für diejenigen da, die üben wollen.
26. Die Matte muss vor jedem Training gewischt werden. Jeder ist verantwortlich, das Dojo, seine Räumlichkeiten und seine Umgebung sauber zu halten. Im Dojo ist Essen, Trinken, Rauchen und Kaugummikauen verboten.

Obwohl es sehr viele Regeln gibt, an die man denken muss, wird es Dir mit der Zeit als natürlich erscheinen, sie zu beachten. Sei nicht erbost, wenn Du in Bezug auf diese Regel zu Recht gewiesen wirst. Jede ist wichtig für Deine Sicherheit und Lernerfahrung.

Aikido entspringt einem uns fremden Kulturkreis. Dennoch ist es auch uns möglich den Weg des Aiki (der Harmonie mit den Kräften) zu gehen. Die Gesetzmäßigkeiten sind im gesamten Universum die gleichen. Aikido ist keine Religion, sondern ein Weg zur Vervollkommnung des Geistes und zur Veredelung des menschlichen Charakters. Du musst keiner religiösen Lehre folgen, sondern nur geistig offen bleiben. Wenn wir uns verbeugen, so ist das keine religiöse Darbietung, sondern eine Respektsbezeugung gegenüber der universellen Schöpfkraft, die in uns allen ist.



Mit freundlicher Genehmigung des Aiki-Dojo Freising