



Main-Dojo Würzburg e.V.  
Dojo-Regeln

Stand: 31.03.2022

# Budo Kensho

(Auszug aus der Budo Charta der Nippon Budo Shingikai, Übersetzung: Feliks Hoff)

**„Budo wurzelt im Geist der Krieger des alten Japan, ist ein Aspekt seiner traditionellen Kultur, in der sich in einer über Jahrhunderte dauernden historischen und sozialen Entwicklung die Kriegskünste vom „jutsu“ zum „do“ entwickelt haben. Der Grundidee folgend, nach der Geist und Technik eine Einheit sind, wurde Budo zu einer Form entwickelt und verfeinert, in der durch Disziplin, Ernsthaftigkeit, Etikette, Training von Technik und Körperkraft die Einheit von Körper und Geist angestrebt wird.“**

## Artikel 1: Zweck

Der Zweck von Budo besteht darin, den Charakter zu kultivieren, die Fähigkeiten zur Beurteilung und Entscheidung zu erweitern und an der physischen und geistigen Ausbildung durch die Kampftechniken teilzunehmen.

## Artikel 2: Keiko

In der täglichen Übung muss man beständig und respektvoll den Regeln der Höflichkeit folgen, muss den Grundlagen treu bleiben und der Versuchung widerstehen, ein ausschließlich an den technischen Fähigkeiten orientiertes Training zu betreiben, anstatt die Einheit von Geist und Technik anzustreben.

## Artikel 3: Shiai

In einem Wettkampf und bei der Ausführung von Kata, muss sich der Budo-Geist offenbaren. Man muss stets das Beste zu geben versuchen! Siegen Sie mit Bescheidenheit, nehmen Sie Niederlagen würdevoll an, und zeigen Sie stets eine angemessene Haltung und Selbstkontrolle!

## Artikel 4: Dojo

Das Dojo ist ein besonderer Ort für die Ausbildung unseres Geistes und Körpers. Hier müssen Disziplin, richtige Etikette und Respekt herrschen. Der Übungsort muss eine ruhige, reine, sichere und ernsthafte Atmosphäre bieten.

## Artikel 5: Unterrichten

Um beim Unterrichten ein wirksamer Lehrer zu sein, muss ein Budo-Lehrer stets danach streben, den Charakter und die Fähigkeiten seiner SchülerInnen zu kultivieren und die Beherrschung von Geist und Körper zu fördern. Der Unterrichtende darf sich nicht durch Gewinnen oder Verlieren leiten lassen, oder sich nur auf technische Fähigkeiten fokussieren. Es ist stets eine Haltung zu zeigen, die als Vorbild geeignet ist.

## Artikel 6: Verbreitung

Personen, die Budo verbreiten, müssen sowohl eine offene Sicht entwickeln als auch bemüht sein, die traditionellen Werte zu erhalten. Erwünscht sind Bemühungen in Forschung und Lehre und dass das Bestmögliche unternommen wird, Budo zu fördern.

## Dojo-Regeln

**Do** bedeutet „Weg“, worunter Denkweise, Disziplin und die Methode, der man folgen will, zu verstehen sind. **Jo** bedeutet den Ort, an dem dieser Weg geübt wird.

Ein Weg ist nichts anderes als ein Raum, der von jenen Hindernissen befreit wurde, die dem freien Fortschreiten hinderlich sind. Dies gilt sowohl für das Erlernen der korrekten Technik des Kyudo als auch für das Verständnis der dem Kyudo eigenen Verhaltenszielsetzungen.

Ein dem Übungsweg und dem Ort angepasstes Verhalten hilft, die Prinzipien des Budo zu praktizieren und die Harmonie in der Gemeinschaft zu erhalten.

Die Dojo-Ordnung ist daher nicht als Beschränkung individueller Freiheit im Verhalten zu verstehen, sondern als Anleitung, über unsere Grenzen hinauszugehen und durch das Üben des Budo und der Arbeit an uns selbst diese Harmonie zu verwirklichen.

Wie in Artikel 4 der Budo Charta beschrieben, ist das Dojo ein besonderer Ort für die Ausbildung unseres Geistes und Körpers. Disziplin, Etikette und Förmlichkeit sind dabei ausdrücklich gefordert.

Schießen ohne Etikette formt nicht die Persönlichkeit; hier unterscheidet sich die Zielsetzung des Kyudo grundsätzlich vom Sport-Bogenschießen.

Die Dojo-Regeln sind als Ausdruck des Respekts gegenüber der Tradition, dem Dojo und dem Lehrer, aber auch der guten Manieren untereinander anzusehen und sollen jedem Kyudoka stets gegenwärtig sein.

Sicherheitsaspekte des Schießens sind in der Sicherheitsordnung des Vereins beschrieben.

### **Dojo**

- Das Dojo ist unser gemeinsames Zentrum des Übens.
- Im Dojo herrscht die dem Kyudo angemessene Geisteshaltung, die Übungen sind konzentriert, umsichtig und ernsthaft auszuführen.
- Die Bereitschaft die Erfordernisse des Dojos anzuerkennen wird durch ein "Rei" beim Betreten und Verlassen des Dojos sichtbar.
- Der Kyudoka verbeugt sich beim Eingang zuerst vor der Kamiza und dann vor den Anwesenden.
- Die Verantwortung im Dojo hat der Übungsleiter, danach der Vereinsvorstand und bei deren Abwesenheit der kyudoälteste Schütze.
- An den im Dojo anfallenden Arbeiten und Aufgaben sollen sich alle Mitglieder entsprechend ihrer Fähigkeiten beteiligen z.B. Bodenreinigung, Matokleben, Azuchi-Pflege, Gerätewartung, Organisationsfragen, Lehr-, Wettkampf- und Prüfungsveranstaltungen.
- Das am weitesten links befindliche Mato ist üblicherweise dem Lehrer vorbehalten (Ochi-Mato). Die folgenden Matos werden gemäß Grad bzw. Kyudo-Alter zugeteilt. Anfänger schießen gegen die am weitesten rechts liegenden Mato.  
Abweichend davon schießen bei uns auf das ganz rechts gelegene Mato nur sichere Matoschützen, um Beschädigung der Kletterwand auszuschließen.

### **Kamiza**

- Die Kamiza ist der zentrale Punkt im Dojo, auf den sich die Konzentration richtet
- Rei / Yu erfolgt in diese Richtung.
- Handschuh und das Muneate werden im Kiza mit Blickrichtung Kamiza angezogen und ausgezogen. Ausnahme: wenn der Boden die Kleidung beschmutzen könnte, z. B. im Freien.

### **Mokuso, Yu / Rei**

- Mokuso und Yu bzw. Rei dienen der Sammlung und Konzentration zu Beginn und Ende des Trainings und dem Annehmen der besonderen Situation im Dojo.

### **Trainingsdisziplin**

- Die Dojo-Ordnung und die Sicherheitsordnung sind einzuhalten.

- Trainingsmotivation; Die Zeit des Trainings ist von den Kyudoka zum Einüben der Bewegungsformen intensiv und konsequent zu nutzen.
- Grundsätzlich ist an allen Trainingseinheiten teilzunehmen.
- Achtsamkeit erzeugt die Kraft der Konzentration.
- Jedes Hassetsu erfordert vollständige Achtsamkeit und Konzentration in seiner Ausführung; es ermöglicht dadurch vollständig im gegenwärtigen Moment zu sein.

### **Trainingsbeginn**

Die Kyudoka erscheinen so rechtzeitig im Dojo, dass zu Trainingsbeginn alle Vorbereitungen abgeschlossen sind:

- Das Dojo ist vor Trainingsbeginn von Verschmutzungen gereinigt.
- Material und Gerät sind in ordnungsgemäßem Zustand (Training nicht mit Reparaturarbeiten beginnen).
- Die Kyudoka sind in korrekte Kyudokleidung oder angemessene (gedeckte) Kleidung umgezogen; Uhren und Schmuck sind abgelegt.
- Technisches Gerät und Dojo-Einrichtung sind aufgebaut.
- Der Bogen ist aufgespannt und die Pfeile sind im Pfeilständer.

### **Das Grüßen (Rei) vor und nach der Trainingseinheit**

Vor und nach der Übung begrüßt bzw. verabschiedet man den Lehrer oder Trainingsverantwortlichen mit einer Verbeugung. Diese persönliche Begrüßung sollte auch dann ausgeführt werden, wenn die Gruppe ein gemeinsames "Rei" ausgeführt hat.

- Bei der Aufstellung zur Begrüßung stehen die Mitglieder mit der längsten Kyudoerfahrung der Kamiza am nächsten.
- Das „Rei“ wird durch den Vorstand oder Übungsleiter geleitet.
- Vor dem Grüßen sind alle zum Schießen notwendigen Geräte abgelegt, z.B. Handschuh, Muneate, Tsurumaki.
- Das „Rei“ wird in korrekter Form ausgeführt.

Während des Grüßens (Mokuso und Rei) wird das Dojo von Zuspätkommenden nicht betreten; während dessen keine störenden Gespräche in der Umkleide führen und nach dem „Rei“ ruhig ins Trainingsgeschehen eingliedern.

Vor dem „Rei“ zum Ende des Trainings wird kein Bogen aufgespannt, keine Pfeile, Handschuhe oder persönliches Gerät aufgeräumt.

### **Die Formen des „Rei“**

- Die Kyudoka nehmen ihre Plätze ein und knien nach einem gemeinsamen Rei in Seiza ab. Nach dem Kommando "Mokuso" (Konzentration) legen alle die Hände in der Weise zusammen, wie es auch bei der Zazen-Meditation üblich ist, d.h. die rechte Hand wird mit der Handfläche nach oben vor den Unterbauch gelegt, die linke Hand ruht in der gleichen Stellung in der rechten, die Daumenspitzen berühren einander und bilden einen Ring. Nach etwa 3-5 Minuten werden nach dem Kommando "Mokuso-Yame" (Ende der Konzentration) die Hände wieder auf die Oberschenkel gelegt. Nachdem der Lehrer aufgestanden ist, erheben sich die Schüler ebenfalls. Auf das Kommando "Rei" oder auch "Sensei ni rei" (Begrüßt den Lehrer) verbeugen sich die Schüler und Lehrer voreinander. In unserem Dojo entfällt dies, sofern kein Sensei anwesend ist.

- Die Kyudoka sammeln sich (Kommando: "Shugo") in der Abschusszone und stellen sich gemäß den Regeln mit Blickrichtung zur Kamiza auf. Dabei stehen gemäß japanischer Tradition eine ungerade Anzahl schützen nebeneinander. Der Lehrer steht vor den Schülern ebenfalls mit Blickrichtung zur Kamiza. Der älteste bzw. höchstgraduierte Schüler gibt das Kommando: "Rei". Lehrer und Schüler verbeugen sich zunächst gemeinsam vor der Kamiza und anschließend, nachdem der Lehrer sich zu den Schülern gewandt hat, nochmals gegeneinander. Die Verbeugung wird im Stand ausgeführt, indem der Oberkörper leicht nach vorne geneigt wird. Die Hände bleiben dabei an den Oberschenkeln angelegt, Rücken und Hals werden beim Verbeugen gerade gehalten, der Kopf wird nicht zusätzlich gesenkt.
- Nach dem Training praktizieren wir eine vereinfachte Form. Nach Aufstellung erfolgt das Kommando „Shomen ni Rei“, woraufhin zwei Rei hintereinander ausgeführt werden.

### **Eröffnung**

- Die Eröffnung wird im Tachi mit zwei Pfeilen geschossen.
- Nach dem ersten Tachi beginnt das allgemeine Training, auch am Makiwara.

### **Trainingsbetrieb**

- Die Sicherheitsordnung des Vereins ist einzuhalten.
- Es ist nicht gestattet, das Gerät eines anderen Schützen zu berühren oder gar zu benutzen. Ausnahmen kann der Eigentümer gestatten.
- Bögen, Pfeile oder anderes Gerät werden untereinander so übergeben, dass sofort die übliche Greif-Art ausgeführt werden kann.
- Pfeileholer gehen auf der linken Seite des Dojos zu den Matos (Yatori-michi).
- Die Pfeile werden beim Zurückbringen so getragen, dass die Spitzen von der Kamiza wegzeigen; die rechte Hand bedeckt die Spitzen.
- Essen oder und Trinken ist im Dojo während des Trainings nicht erwünscht.
- Für persönliche Pausen, Gerätewartung und Gespräche ist immer die Fläche jenseits der Honza bzw. in größeren Dojos ein Nebenraum aufzusuchen.
- Im Bereich der Abschusszone soll - ausgenommen über Korrekturen - nicht gesprochen werden.
- Handys sind im Dojo ausgeschaltet bzw. in unabdingbaren Fällen wie Bereitschaftsdienst auf Vibration geschaltet.

### **Korrekturen**

Neben der Korrektur durch den Übungsleiter des Dojos sollte die Gelegenheit aktiv genutzt werden, sich auf Lehrgängen und Seminaren von verschiedenen Lehrern korrigieren zu lassen, von den Besten zu lernen und zu vermeiden, dass sich Dojo-typische Fehler entwickeln.

Korrekturen sollen nur gegeben werden

- von einem Lehrer
- für Kyudoanfänger vom Übungsleiter

- von den erfahrensten Schützen, in der Regel aber nur nach Bitte durch den Schützen bzw. dessen Einverständnis, d.h. die kyudoälteren Schützen (Sempai) unterstützen die kyudojüngeren Schützen.

Wer Korrekturen oder Hinweise gibt, sollte sich stets bemühen

- seinen eigenen Kenntnisstand und die momentanen Fähigkeiten des Schützen realistisch einzuschätzen.
- keine positiven oder negativen Kommentare über Schüsse abgeben, wenn man nicht um eine Korrektur gebeten wurde.

Korrigiert ein Lehrer oder Übungsleiter einen anderen Kyudoka, so dankt dieser nach der Korrektur für die erhaltenen Hinweise und Ratschläge mit einem „Yu“.

Wenn man mit einem Lehrer sprechen möchte, nimmt man die gleiche Stellung ein wie er, bevor man spricht, d. h. man setzt sich, wenn der Lehrer sitzt bzw. steht ebenfalls, wenn dieser steht.

Es ist nicht gestattet, einem Schützen über den Pfeil zu sehen, es sei denn, dass dieser es ausdrücklich wünscht; von diesem Gebot ist der Lehrer / Übungsleiter befreit.

Bis auf den Lehrer, Übungsleiter oder um Korrektur gebetenen Kyudoka soll kein anderer Schütze einem anderen unaufgefordert seine Ansicht über einen Schuss kundtun bzw. eine nicht erbetene Korrektur geben.

Bei sicherheitsrelevanten Schießfehlern ist im Einzelfall der betreffende Kyudoka unmittelbar anzusprechen.

### **Arten des Lernens**

- Lernen durch Anleitung
- Lernen durch Beobachtung und innerliches Nachvollziehen der Bewegungsabläufe (Midori geiko)
- Lernen durch Literatur, Online-Informationen und Videos von etablierten Kyudo-Lehrern

### **Trainingsende**

- Abgrüßen („Rei“)
- Bogen abspannen und Pfeile in den Köcher
- Gemeinsames Abbauen der Dojoeinrichtung
- Bogen und persönliche Sachen einpacken
- Umkleiden

Würzburg, den 31. März 2022

Vorstand des Main-Dojo Würzburg e.V.

Das in diesem Text vorkommende generische Maskulinum ist der besseren Lesbarkeit wegen beibehalten worden, es ist jedoch in jedem Fall geschlechterneutral zu verstehen.