



忍耐館

NINTAIKAN NEWS

3/25

Liebe Mitglieder,

das erste halbe Jahr in unserem Karatekalender neigt sich dem Ende und viele schöne Ereignisse liegen hinter uns. Der Start unseres ersten Anfängerkurs im Februar war ein voller Erfolg und wir haben damit viele tolle jugendliche und erwachsene Karateka für unser Dojo gewinnen können. Schön, dass ihr bei uns seid und so fleissig und ausdauernd euren Karate Weg geht.

Desweiteren hatten wir wieder einen tollen und lehrreichen Frühjahrslehrgang im Mai mit Dirk aus Berlin. Sicherlich immer wieder ein Highlight unseres Karatejahres! Jetzt stehen schon fast die langersehnten Sommerferien vor der Tür. Vorweg werden wir noch ein würdiges Sommertrainingsevent (siehe Termine 2025) als Abschluss des ersten Karatehalbjahres durchführen. Nähere Infos gibt es zeitnah.

Ich wünsche euch und euren Familien einen schönen Sommer und eine erholsame Ferienzeit!

Oss Markus

Die Dojo Kun

Die Dojo Kun kann man, frei übersetzt, die Karate Regeln für den Karateausübenden nennen. Die Dojo Kun sind die Leitsätze für die Vervollkommnung des Charakters und Verhaltensregeln für uns als Karate Ka. Sie sind ein wichtiger Grundsatz, um im Karate nicht nur sich technisch immer weiter voranzubringen, sondern auch als Person in meinem Verhalten und in meiner Persönlichkeit weiterzuentwickeln. Wir lernen im Karate gefährliche Techniken, welche in der Anwendung einer Person schweren gesundheitlichen Schaden zufügen kann. Deshalb war es Funakoshi Sensei sehr wichtig, Leitsätze zu entwickeln, damit die Karatetechniken an Ausübende weitergegeben werden, die vom Charakter und Verhalten so reif sind, dass sie verantwortungsvoll damit umgehen können. Desweiteren war es ihm sehr wichtig, dass der Karate Ka, anhand der Einhaltung der Dojo Kun, zu einem wertvollen Mitglied unserer Gesellschaft wird und diese durch seinen gute Charakter bereichert. Der Karate Ka soll täglich seine Alltagshandlungen an diesen Leitsätzen ausrichten und schauen, worin er sich weiterentwickeln muss. Diese Vervollkommnung hält ein Leben lang an.

Traditionell werden die Dojo Kun am Ende der Übungseinheit, nach dem Mokuso, laut vom höchstgraduiertestem Schüler angesagt und von allen Schülern anschliessend wiederholt. Dabei ist es sehr wichtig, diese mit lauter Stimme und voller Überzeugung aufzusagen. Somit verinnerlicht man diese besser. Die Dojo Kun sind der Weg, um Funakoshi Senseis Leitsatz „Oberstes Ziel der Kampfkunst Karate ist weder Sieg noch Niederlage, sondern die Vervollkommnung des Charakters“! Jeder ernsthafte Karatelernde sollte sich mit den einzelnen Regeln auseinandersetzen, für sich zu verstehen, was grundsätzlich die einzelnen Regeln bedeuten, und ganz speziell für jeden einzelnen in seinem Alltagsverhalten. Das Dojo ist ein Mikrokosmos, so wie wir uns im Dojo benehmen und darstellen, so verhalten wir uns auch in unserem alltäglichen gesellschaftlichen Zusammenkommen!



DOJO KUN

- Vervollkomme Deinen Charakter.
- Sei aufrichtig, loyal und zuverlässig.
- Streng dich bei allem maximal an.
- Sei höflich und respektiere andere.
- Lerne, dich zu beherrschen.

Buchtipps

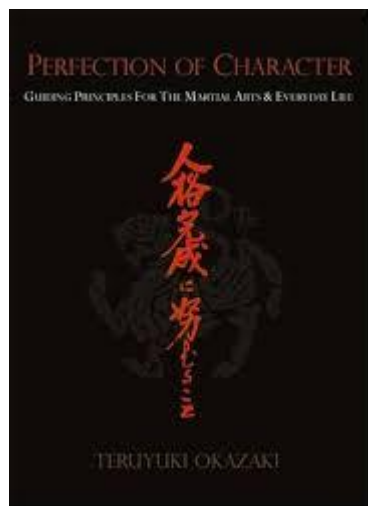
Hier ein paar Buchempfehlungen zu Karatetechniken, Philosophie und Biographien. Ich würde euch gerne in jedem News ein Buch vorstellen (sowohl deutsch- als auch englischsprachig).

Perfection of Character

von Teruyuki Okazaki

Okazaki Sensei war Schüler von Funakoshi Sensei und Nakayama Sensei. In diesem englischsprachigen Buch erklärt er sehr ausführlich erst die Dojo Kun und im weiteren Buchverlauf die 20 Niju Kun von Funakoshi Sensei. Die Niju Kun sind die 20 übergeordneten Karateregeln, welche die Dojo Kun vertiefen. Okazaki Sensei findet sehr schön zu jedem Paragraphen ein passendes Beispiel aus dem Lebensalltag und die Anwendung dieses Paragraphen im Alltag. Durch dieses Buch wird sehr anschaulich hervorgehoben, dass die geistige und charakterliche Weiterentwicklung einen höheren Stellenwert im Karate Do hat, als die technische Vervollkommenung. Desweiteren gibt Okazaki Sensei Hilfestellung, wie man diese Paragraphen in seinen Alltag integrieren kann.

Leider ist dieses Buch aktuell auf Amazon nicht mehr erhältlich, aber es lohnt sich, im Internet etwas nachzuforschen, ob dieses Buch irgendwo erhältlich ist. Es ist sehr schwierig, deutsche Literatur über dieses Thema zu finden. Es gab früher über Schlatt Books ein Buch über die Dojo Kun in deutsch. Ich konnte es allerdings auf der Webseite von Schlatt nicht mehr finden. Gegebenenfalls findet sich darüber noch weitere Literatur bei Amazon zu diesem Thema.



Hier die vorläufigen Termine für 2025. Änderungen vorbehalten. **Bitte haltet euch die Nintaikan-Termine frei für eine vollständige Teilnehmerzahl!**

Termine 2025		
Datum	Event	Ort
11. Januar	Nintaikan Kangeiko	Handewitt
08. Februar	Vorführung Gemeindefest	Handewitt
17. Februar	Anfängerkurs Jugendl./Erwachsene	Handewitt
22. Februar	Kyuprüfungen Nintaikan (9.-7. Kyu)	Handewitt
07./08. März	Lehrgang Ohta Sensei	Berlin
26. April	Lehrgang Keigo Shimizu	Stade
25.-27. April	Spring Camp JKA England	Crawley
17. Mai	Nintaikan Frühjahrslehrgang mit Dirk Leiding	Handewitt
19.-21. Juli	Brandenburger Sommerlager JKA Berlin	Basdorf
23. Juli	Kyuprüfungen Nintaikan (9. – 8. Kyu)	Handewitt
26. Juli	Spezialtraining Nintaikan Halbjahresabschluss	Handewitt
19.-21. September	JKA Berlin Autumn Camp mit Imura Sensei	Berlin-Buch
Oktober	Nintaikan Kyuprüfungen	Handewitt
Ende November	Nintaikan Weihnachtsfeier	Handewitt
6./7. Dezember	Nikolaus Cup/Dezemberlehrgang JKA Berlin	Berlin-Buch