

Etikete
(Uzvedības noteikumi Dodzo)
Etikete
(Uzvedības noteikumi Dodzo)

Dažādās Austrumu cīņu mākslu sistēmās etiketes noteikumi atšķirās daļēji savos pamatos, - vieni un universāli noteikumi. Tas tiek noteikts kā Budistu pasaules uzskats, tāpat arī Konfucianisko morāli, visu tālāko austrumu reģionu kultūras attīstības pamatos. Nesaprotot un *sev nepieņemot* šīs daudzu gadsimtu tradīciju vērtību, nav iespējams kļūt par *īstu* Austrumu cīņu mākslas Meistaru.

Karatē *jēgu* var izteikt ar vienu vārdu: RAKSTURS. Vārds raksturs viennozīmīgi un noteikti ietver sevī tādus jēdzienus, kā: Cietība, Aukstasinība, Mierīgums, Izturība, Pacietība, Cieņa. “Rietumu” prāta uzbūvei bieži tiek pakļauts Pašviedoklim un neievēro pēdējo, mums noniecinātai, raksturu sastādošajai - Cieņai.

Starp citu, tikko iemācījušies cienīt citus - iemācīsimies cienīt sevi. Karatē cieņu izrāda ar paklanīšanos:

- paklanīšanās pirms ieiešanas Zālē un iziešanas no Zāles, nozīmē cieņu Zālei un cilvēkiem, kas tajā atrodas.

- paklanīšanās Skolotājam, pirms nodarbību sākuma nozīmē cieņu pret Skolotāju, viņa zināšanām un pieredzei, un lūgumu apmācīt.

- Skolotāja paklanīšanās pirms nodarbībām nozīmē cieņu pret skolniekiem un gatavību apmācīt.

- paklanīšanās pirms uziešanas uz tatami un noiešanas no tatami nozīmē izrādīt cieņu tatami un cilvēkiem, kas uz tā atrodas.

- paklanīšanās Skolotājam pirms skaidrojuma saņemšanas nozīmē cieņu un lūgumu paskaidrot.

- paklanīšanās Skolotājam pēc skaidrojuma saņemšanas nozīmē pateicību par saņemto skaidrojumu.

- Skolotāja paklanīšanās pirms skaidrojumiem un pēc tiem nozīmē cieņu un pateicību par izrādīto interesi.

- paklanīšanās apmaiņā starp sāncenšiem pirms divkaujas un pēc tās nozīmē cieņas izrādīšanu pretiniekam, neatkarīgi no rezultāta.

- paklanīšanās apmaiņa starp Skolotāju un skolniekiem pēc nodarbību beigšanas nozīmē cieņu un pateicību: Skolotājam - par to, ka apmācīja, skolniekiem - par to, ka apmācījās.

Neskatoties uz to, cieņa izpaužas arī ar skolnieka uzvedību:

- Zālē, un vēl jo vairāk uz tatami, nav atļauts uzvesties agresīvi, lamāties, pat skaļi runāt.

- katram skolniekam ir jācenšas radīt patiesu, cienīgu atmosfēru Zālē nodarbību laikā, tāpat arī draudzīgās attiecībās ar sevi Zāles ārpusē. Sociālajam stāvoklim Karatē nav nekādas nozīmes.

- skolniekam vajag pilnībā uzticēties Skolotājam, nodarbību vadīšanas metodēm, un ir pienākums neiebilstot izpildīt viņa norādījumus.

- atnākot *līdz* nodarbību sākumam, nepieciešams nosacīti iesildīties un noskaņoties trenīnam. VISAS NEPIEDERĪGĀS DOMAS UN PROBLĒMAS PALIEK AIZ ZĀLES SIENĀM!

- treniņa apģērbam (Gi) jābūt tīram un nesaburzītam, kas simbolizē domu tīrību un mērķtiecību karatē nodarbībās.

- nepieciešams ievērot personīgās higiēnas noteikumus, sekot kāju un roku nagu apkopei.

- Zālē var sēdēt dzadzen vai arī ‘turku gaumē’. Uz tatami tikai dzadzen.

- vajadzīgos skaidrojumus var saņemt, klusējot paceļot roku, ar to pievēršot sev uzmanību.

- nokavēšanās gadījumā nedrīkst ienākt Zālē bez Skolotāja atļaujas; kad skolnieks pārgērbies, vajag gaidīt atļauju trenēties.

- pamest Zāli var tikai ar Skolotāja atļauju.

- visas rotaslietas, drošības apsvērumu dēļ treniņa laikā, ir jānoņem.

- sēžot pie sienas, nedrīkst atspiesties pret to ar muguru.

- nedrīkst pieskarties ar plaukstām pie Zāles grīdas, ja to neprasa nodarbība.

- nepieciešams saudzīgi attiekties pret treniņu inventāru un bez atļaujas neko neņemt.

- noteikti ar cieņu attiekties pret instruktoru, kas nodarbībā aizvieto Skolotāju.

- mierīgi un ar cieņu, *nestrīdoties, neaizbildinoties* uzklausīt un ievērot vecāko

skolnieku, instruktoru un vēl jo vairāk Skolotāja aizrādījumus.

- treniņā vajag vērot citus skolniekus: no katra ir ko pamācīties, bet skatoties uz citu kļūdām, izlabo tās sev.

- savlaicīga nodarbību samaksa - skolnieka pienākums. Ar to izpaužas viņa cieņa pret skolotāju.

- priekš karatē nodarbībām ir vajadzīgs plašs redzesloks. Skolniekiem ir labi jāmācās skolā un jāizrāda ziņkārība visās dzīves sfērās.

- skatītāji Zālē nedrīkst novērst uzmanību no cilvēkiem, kas trenējas, sarunājoties ar tiem un arī savā starpā.

Centieties etiķetes uzvedību ieviest arī savā ikdienas dzīvē. Tas palīdzēs atrisināt daudzās konfliktās situācijas ģimenē, mācību laikā, darbā un saskarsmē ar cilvēkiem. Bet Etiķetes ievērošana, jebkurā gadījumā, nav priekš izrādīšanās, bet gan priekš sevis.