**Основной целью в каратэ является не победа или поражение,а совершенствование характеров занимающихся.**

**Г.Фунакоши**

***Karate wa rei ni hajimari, rei ni owaru koto wo wasuru na.***
Каратэ начинается и заканчивается РЭЙ

- Первая из 20 заповедей Г.Фунакоши

**\* \* \*

Любая организация или группа людей для успешной совместной деятельности формирует идеологию этой деятельности и поведения внутри и вне этой организации или группы. В нашем Клубе так же существуют правила, на которых основывается этикет и общение между участниками.
Прежде всего, необходимо сказать несколько слов о Додзё.

Что это такое?
Многие ошибочно считают, что Додзё – это спортивный зал. Это не так.
Дословный перевод слова Додзё (яп. До:дзё) – это место постижения "Пути" (истины), место, где изначально проходили медитации и духовные практики.
Специфика Боевых Искусств (Будо) в Японии такова, что любое Боевое Искусство воспринимается как, прежде всего, духовная практика, а потом уже как эффективная система ведения боя. Додзё- это место, где мы стремимся через самодисциплину совершенствовать себя, чтобы стать лучше.

\* \* \*

Правила поведения и этикет можно условно разделить на внешние проявления и на внутренние установки. Но они не являются набором ритуала во имя Ритуала. Весь ритуал служит одной единственной цели - предельно внимательному отношению к тому, что каждый делает на тренировке - Кихон, Ката, Кумитэ.
Никогда не забывайте, что Каратэ – это оружие, которое не прощает легкомысленности, небрежности и неуважительного отношения к себе. Цена за эти легкомысленность и небрежность – тяжелые травмы, а порой и человеческая жизнь. Любой тренирующийся должен отдавать себе полный отчет в том, что в Додзё от него зависит жизнь и здоровье его товарищей и его самого.
В процессе тренировок каждый из нас многократно выступает в качестве «условно атакующего» - «тори» и в качестве «условно контратакующего» - «уке». Именно работой в паре в наибольшей степени оттачиваются и доводятся до совершенства техники нападения и защиты. Каждый, если так можно выразиться, представляет себя в качестве учебного пособия для своего напарника. Мы отрабатываем свою технику на партнере, а он, в свою очередь, отрабатывает свою на нас. Об этом нельзя забывать ни на миг.
Так же необходимо помнить, что мир Боевых Искусств – это мир Воинов, мир, где насилие и жестокость сдерживаются лишь строгим Кодексом Чести (Бусидо) и жесткой социальной структурой. Додзё может быть местом, где царит полное доверие, уважение и дух товарищества, но он может быть также местом, где царит паранойя и взаимное недоверие.
Поэтому, любые аспекты нашей жизни, способствующие возникновению неприязни или неприятия находятся под строгим запретом!
Надо всегда помнить, что:
- в Додзё нет понятия национальности, в Додзё наша национальность одна - мы, - люди, практикующие Каратэ
- в Додзё нет понятия религии, в Додзё наша религия одна - Каратэ
- в Додзё нет понятия политической и партийной принадлежности, в Додзё наша политическая платформа – изучение и практика Каратэ.
Незнакомому с Каратэ человеку на первый взгляд может показаться, что в Додзё очень много правил и разных тонкостей поведения. Но это только на первый взгляд. Чтобы понять, как необходимо себя вести в Додзё, надо просто проявить минимум внимательности. Делай то, что делают окружающие, - и у новичка есть прекрасная возможность, даже не будучи искушенным в тонкостях поведения в Додзё, без каких-либо трений влиться в коллектив. В каждом монастыре - свой устав.
Начнем по порядку.
\* \* \*

Каждый тренирующийся должен приходить на тренировку вовремя. Опоздания недопустимы. Опаздывая, Вы демонстрируете свое неуважение своим товарищам, своему Сэнсэю, к Додзё и к Каратэ.

Перед входом в Додзё надо обязательно отключить и убрать мобильные телефоны, снять верхнюю одежду, головные уборы, обувь. Заходя и выходя из Додзё, каждый выполняет поклон - Рэй.

До того момента, как началась тренировка, студенты проводят самостоятельную разминку. Зрители, родственники, друзья и знакомые на тренировки не допускаются.

На тренировке каратэка должен быть в каратэги белого цвета (кимоно для занятий каратэ).
Каратэги любого другого цвета не разрешено. Цвет пояса (оби) должен соответствовать принятой классификации поясов, уровню тренирующегося и подтверждаться официальным документом (дипломом и Будо-паспортом Федерации).

Любые украшения – часы, браслеты, серьги, цепочки, медальоны и крестики в Додзё запрещены!

\* \* \*

В начале тренировки по команде Сэмпая - Старшего ученика - Построится!(Сейретцу!), все выстраиваются в одну линию в стойке Мусуби-дачи. Далее подаются команды
- Сэйдза! - Сесть на колени!
- Мокусо! - Начать медитацию!
- Мокусо ямэ! - Завершить медитацию!
- Шомэн ни рэй! – Уважение алтарю! – выполняется поклон
- Сэнсэй ни рэй! – Уважение Наставнику (Учителю)! – выполняется поклон
- Отогай ни рэй! – Уважение всем участникам тренировки! – выполняется поклон
- Киритцу! – Подняться и построиться! – все поднимаются и снова выстраиваются в одну линию в стойке Мусуби-дачи.
После того, как прозвучала команда Киритцу вход и выход из Додзё без разрешения считается проявлением грубейшего неуважения к Додзё, Сэнсэю и всем тренирующимся!
Во время тренировки в Додзё есть нельзя. Пить можно только после команды в перерывах тренировки.
Жизнь есть жизнь, и бывает так, что опоздания не удается избежать. Поэтому, если вы входите в Додзё после того, как тренировка началась, сядьте в Сэйдза около входа вДодзё и ждите до тех пор, пока вам не будет дана команда присоединиться к тренирующимся. Не удивляйтесь, если вам придется просидеть под дверью до конца тренировки.
Тренировка должна проходить при максимальной самоотдаче и предельном внимании всех учащихся. Все команды Сэнсэя или Сэмпая выполняются без промедления, любые перемещения по залу осуществляются бегом. Медленное, неспешное выполнение команд и перемещение по залу шагом являются проявлением неуважения.
На тренировке разговаривать, спорить, задавать вопросы без разрешения нельзя. Если все-таки у вас возникла необходимость что-то спросить, и это не терпит отлагательства, необходимо подойти к Сэнсэю, выполнить Рэй (поклон) и, получив разрешение, задать вопрос.
В процессе тренировки бывают моменты, когда дается команда Ясумэ! (Можно отдохнуть, расслабиться!), при этой команде разрешается сесть на пол (в Сэйдза или по-турецкии), выпить немного воды, но будьте внимательны, - разговаривать или сидеть, вытянув или раздвинув ноги, является проявлением неуважения.

\* \* \*

Завершается тренировка, так же как и начинается:
- Сейретцу!- все выстраиваются в одну линию в стойке Мусуби-дачи.
- Сэйдза! - Сесть на колени!
- Мокусо! - Начать медитацию!
- Мокусо ямэ! - Завершить медитацию!
- Шомэн ни рэй! – Уважение алтарю! – выполняется поклон
- Сэнсэй ни рэй! – Уважение Наставнику (Учителю)! – выполняется поклон
- Отогай ни рэй! – Уважение всем участникам тренировки! – выполняется поклон
- Киритцу! – Подняться и построиться! – все поднимаются и снова выстраиваются в одну линию в стойке Мусуби-дачи.**