

Etika a etiketa v karatedo

Etika, jako filozofická disciplína se zabývá morálními jevy. Usiluje o vzájemné promítnutí postoje jedince i společnosti při posuzování lidských úkolů z hlediska svědomí (čestné / nečestné; mravné / nemravné; odvážné / zbabělé; dobré / zlé).

Etiketu v karatedo můžeme charakterizovat jako souhrn předpisů týkajících se vnějšího projevu konání v procesu praktikování tohoto bojového umění. Realizace etikety v karatedo v ideálním případě vyjadřuje i vnitřní emocionální obsah filozofie jeho praktikování. Pokud se stane prázdňým rituálem, není to chybou etikety v karatedo jako takové, ale problém osob, které takovouto etiketu realizují bez vnitřního, etického přístupu k tomuto bojovému umění.

Pro realizaci etikety v karatedo není pevně stanoven řád ve formě paragrafů. Přesto byla v průběhu let v důsledku praktického používání etikety ustanovena určitá pravidla. Uvádíme některá z nich, která by měla být realizována v průběhu výuky karatedo JKA.

- **Pozdrav** je důležitým prvkem etikety nejen v bojových uměních, ale hlavně v asijských zemích

všeobecně. Základní pozdrav **rei** je realizován formou mírného úklonu hlavou ve stoji, popřípadě v kleče, či v sedě na patách. Úklon hraje speciálně v japonském životě důležitou roli. Úklonem začíná a končí každý styk mezi dvěma lidmi, každá činnost, které je připisována nějaká důležitost. Na každou úctu projevenou úklonem je nutné odpovědět opět úklonem. Váhání s odpovědí, nebo neuklonění se v případě, kdy nás někdo pozdraví je v Japonsku považováno za mimořádnou hrubost a ignorantství. Při pozdravu úklonou ve stoji se zaujme postoj **musubi dači**, přičemž ruce jsou přiloženy celými dlaněmi, nebo jen prostředními prsty ke stehnům. Tento postoj připomíná asánu **poloha hory** z jógy a má za účel vyrovnat cesty jing a jang v těle. Hlava při realizaci úklonu zůstává v linii těla a nepředklání se. Pohyb je krátký a rázný.

Kromě již zmíněného společenského významu pozdravu ve stoji je tento pozdrav používán v následujících situacích:

- Při **vstupu cvičence do dojo** před zahájením výcviku. Procedurou úklonu se karateka

(cvičenec) zbavuje světských problémů a starostí a duševně se připravuje k přijímání výcviku karatedo. Stejnou proceduru absolvuje karateka též při odchodu z dojo. Úklonou uzavírá přijímání výcviku karatedo a vrací se zpět ke svým problémům a starostem, které před vstupem do dojo vypudil ze své mysli.

- Při **vstupu do dojo během výcviku** je kromě toho nezbytné stejným způsobem pozdravit cca ze tří metrů toho kdo výcvik vede (trenéra, nebo nositele nejvyššího technického stupně), přičemž je nezbytné uctivě vyčkat až dotyčnému ten, kterého jde pozdravit, věnuje pozornost (dokončí rozhovor apod.)

- Úklonem v postoji se musí karateka **pozdravit s každým** před tím, než jdou spolu cvičit či zápasit, a stejně tak po skončení cvičení či zápasu. Totéž platí i na soutěži.

- Úklonem v postoji musí karateka **pozdravit rozhodčího** před a po zápasu. Po ukončení zápasu musí též úklonou pozdravit svého trenéra nebo kouče.
 - Každý karateka, který **se chystá někoho oslovit** (*trenéra, spolucvičence*), musí úklonem ve stoji pozdravit trenéra, nebo nositele vyššího stupně technické vyspělosti.
 - **Úklonem v postoji** se slovem **us** (rozuměl jsem) je zvykem reagovat na nařízení, pokyny nebo na technickou poznámku ze strany trenéra nebo nositele vyššího technického stupně.
- **Pozdrav úklonem v sedě na patách**, seize, je pozdrav, který se používá při slavnostních či ceremoniálních příležitostech, nebo při zahajování a ukončování tréninku apod.

Při realizaci úklonu se opřou dlaně o zem tak, že prsty směřují k sobě do obráceného písmena V, tělo se předklání v pase. Hlava se může mírně sklonit více, přičemž je nutné dodržovat zásadu, že oči sledují stále osobu, která je pozdravována.

Český svaz karate JKA od okamžiku svého vzniku převzal od svého vedoucího instruktora **shihana Hideo Ochi**

Ceremoniál zahajování a ukončování tréninku v následující podobě:

- Celý ceremoniál řídí nositel nejvyššího technického stupně z přítomných karatek v dojo. Na jeho povel **seiretsu** si stoupnou všichni karatekové do řady sestupně dle výše technických stupňů do postoje musubi dači čelem k **šinze**, která bývá umístěna na čestném místě na protější stěně, přičemž osoba, která povede trénink si stoupne před ně též čelem k šinze.
 - Na povel **seiza** zaujme první sed na patách vedoucí tréninku. Karatekové následně zaujmou **seiza** postupně od nejvyššího technického stupně k nejnižšímu.
 - Na povel **mokuso** začnou všichni provádět meditační dechové cvičení až do pokynu **mokuso jame**.
 - Na povel **shomen ni rei** (popřípadě **šinzen ni rei**) provedou všichni čelem k šinze pozdrav v sedě na patách.
 - Potom se vedoucí tréninku v sedě otočí čelem k řadě sedících karatek a na povel **sensei ni rei** (popřípadě sempai ni rei) se všichni ukloní vedoucímu tréninku.
 - Na povel **kiritsu** zaujmou všichni opět postupně postoj musubi dači, po kterém karatekové ještě jednou pozdraví vedoucího tréninku úklonou ve stoje.
 - Stejný ceremoniál se dodržuje i při ukončení tréninku, přičemž během pozdravu **sensei ni rei** mohou karatekové tlumeně směrem k vedoucímu tréninku vyslovit větu **arigat'gozai mas**, kterou lze volně přeložit jako projevení díky za to, že vedoucí tréninku předal své znalosti karatedo karatekům.
- ❖ **Zařazení se opozdělého karateky do probíhajícího „ceremoniálu zahájení a ukončení“ tréninku je NEPŘÍPUSTNÉ !!!**
 - ❖ Karateka, který vstoupí do dojo v průběhu či zahájení ceremoniálu je povinen zaujmout u vstupu, tak aby nebránil příchodu dalším, pozici **seiza** a v této pozici vyčkat na pokyny vedoucího tréninku.

Další nejčastěji používaná pravidla etikety:

- Zařadit se mezi karateky v dojo, nebo jeho opuštění je povoleno pouze se souhlasem toho kdo vede trénink.
- Pokud není v dojo z jakéhokoliv důvodu přítomen hlavní trenér, přebírá vedení tréninku přítomný nositel nejvyššího stupně technické vyspělosti.
- Přítomný nositel nejvyššího stupně technické vyspělosti má právo v dojo rozhodnout o čemkoliv co se týká samotného cvičení karatedo.
- Při cvičení ve dvojicích, pokud nejsou určeny přímo vedoucím tréninku, vyzývá ke cvičení vždy nositel vyššího stupně technické vyspělosti nositele nižších stupňů technické vyspělosti.
- Každý karateka v dojo je povinný respektovat pokyny (příkazy) každého kdo je nositelem vyššího stupně technické vyspělosti. Toto platí bez ohledu na to, jestliže rozdíl stupňů technické vyspělosti je velký, nebo jen o jeden stupeň.
- Vedoucí tréninku – nositel technické vyspělosti 3.Dan a vyšší by měl být cvičenci v dojo i mimo něj osloven **sensei** – což v překladu znamená učitel.
- Vedoucí tréninku – nositel technické vyspělosti 6.Dan a vyšší by měl být cvičenci v dojo i mimo něj osloven **šihan** – což v překladu znamená mistr, přičemž je přípustné i oslovení sensei.
- Cvičební úbor – **karategi** si každý karateka upravuje zásadně v seize, případně v pokleku.
- Po ukončení tréninku je každý karateka povinen složit si řádně karategi a teprve potom uložit k přenosu domů.

V zásadě by mělo platit pravidlo, že většina návyků etikety aplikované v dojo, by měla být karatekama uplatňována i při vzájemné komunikaci mimo dojo na veřejnosti.

J. Fencel a kolektiv