

108 x Tekki Shodan

Wir wollen das schöne Erlebnis der 108 Tekki auch dieses Jahr wieder genießen und das neue Karatejahr mit diesem traditionellen Ritual beginnen. Dafür bietet sich dieses Jahr Sonntag, der 7. Januar an.



In vielen Dojos, die traditionell orientiert sind, wird das Jahr mit einer meditativen Trainingseinheit begonnen. Das aber nicht in Form von sitzender Meditation, sondern in Form von Kata.

Die Kata wird 108 mal wiederholt!! Die Zahl 108 ist im Buddhismus eine heilige Zahl und hat eine besondere Bedeutung in vielerlei Hinsicht. Es wird uns nicht möglich sein das zu erfassen, denn es ist wirklich ziemlich kompliziert. Aber wir können einen kleinen Teil übernehmen, indem wir uns der Kata "hingeben", uns in der Ausführung "fallen lassen" und nur bei uns und der Ausführung befinden. Es kommt nicht darauf an, die Kata besonders perfekt auszuführen, sondern nur darauf, sie immer wieder auszuführen.

Bei diesem Ritual geht es für uns nicht um Buddhismus an sich, sondern nur darum, die für Buddhisten heilige Zahl 108 dafür zu verwenden, durch die vielen Wiederholungen, das Ausführen einer Kata einmal ganz anders zu erleben. Also eben nicht, um in eine Perfektion der Ausführung zu gelangen, nicht den Hintergrund des Bunkai zu verstehen, sondern die Kata auch als Instrument des mentalen Abschaltens zu entdecken. Hört sich vielleicht erst einmal nicht so spannend an, aber lasst es einmal auf euch wirken, um dann über Sinn oder Unsinn zu befinden. Die, die schon einmal dabei waren, haben es als etwas sehr Bereicherndes erlebt.

Das Besondere dabei ... es wird in Stille praktiziert. Es wird also nicht gesprochen und das schon von Beginn an und am besten schon, wenn das Haus betreten wird. Da wir dort wohl alleine sein werden, wäre das ein perfekter Rahmen dafür.

Ja, ich kann mir vorstellen, dass es für den einen oder die andere, der/die das erste Mal dabei sein wird, etwas komisch anmutet. Aber ich würde mich sehr freuen, auch mit euch zusammen, diese Erfahrung zu machen.

Für die, die etwas Angst haben, dass sie der Ablauf überfordern wird, werde ich vor Beginn den Ablauf noch einmal 30 Min. zeigen. Aber auch bei den 108 Durchläufen wird die Möglichkeit bestehen in die Kata reinzukommen. Man sollte sich dann nur so platzieren, dass man gut bei einigen anderen Höhergraduierten abschauen kann. Es haben letztes Mal auch Weißgurte mitgemacht!

Also hier noch einmal der Event-Ablauf:

9:00 – 9:20 Uhr Eintreffen und umziehen (Die Umkleidekabinen sind geradeaus, die Treppe hoch, dann links durch die Tür, dann die beiden letzten Türen)

Ein Zuspätkommen geht da nicht!!! Das würde dem Ganzen den Sinn rauben ...

9:00 Uhr bis 9:25 Uhr

- Kurzes Vermitteln des Ablaufs (mit Sprechen) für die "Unsicheren".
- Es wäre toll, wenn dabei einige, die den Ablauf können, helfen würden.
- 9:25 Uhr weisen zwei Tacks (ihr werdet wissen, was das ist, wenn ihr es hört) darauf hin, dass die letzten Toilettengänge möglich sind... 😊
- Bitte findet nun in die Stille. Das geht übrigens am allerbesten, wenn man sich nicht lange gegenseitig anschaut.

9:30 Uhr werden die Türen verschlossen, damit uns niemand bei dem Ritual stören kann. Dann kommt wirklich niemand mehr rein!!!

Für Teilnehmer, die von weiter weg zu uns kommen, ist das also die Uhrzeit, bis wann die Räumlichkeiten betreten werden können.

Kurz darauf zeigt ein "Tack" an, dass von nun an Stille und Aufstellung zum Angruß im Kreis folgen.

Angruß

Stille Aufstellung zur Kata Tekki Shodan

Etwa 9:40 Uhr

108 mal die Kata Tekki Shodan

Vor dem ersten Durchlauf wird die Kata gemeinsam angesagt.

Zusatzinformationen:

Die Aufstellung sollte selbständig in zwei oder drei Reihen erfolgen. Die "Wissenden" sollten möglichst weit vorne stehen. Jeder sollte dafür sorgen, dass er genügend Platz nach links und rechts hat.

Besonders während der 108 (3x36) Durchläufe wird "auf keinen Fall" gesprochen. Kein Wort!! Falls jemand aus Versehen spricht, einfach nicht darauf eingehen, nicht darauf reagieren.

Wir werden die Kata in 3 Blöcken a 36 Durchläufen machen. Dazwischen gibt es eine Pause von

2-3 Minuten, die bitte auch in Stille abgehalten werden. Jeder sollte versuchen, für sich/bei sich zu bleiben.

Natürlich sind die Pausen auch dafür gedacht, etwas Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

Die Kata wird von jedem in seinem Tempo durchgeführt, aber alle fangen immer wieder gemeinsam an. Es wird also nicht gezählt!

Und bitte ... seit so respektvoll und beginnt jede einzelne Kata erst, wenn die Klangschale angeschlagen wurde und der Zeremonienmeister (also ICH) wieder bereit stehe.

Jede Kata wird mit dem Anschlagen einer Klangschale eingeleitet.

Nach dem 108ten Durchlauf wird es einen "Tack" geben, nach dem wieder gesprochen werden kann. Versucht aber bitte die Stille langsam zu lösen, also nicht gleich losplappern und Lärm machen!!

Das Ritual wird ca. 2 Stunden dauern!!

Sollte jemand während der Durchführung aus irgendeinem Grund nicht mehr können, bitte still auf den Boden setzen, bis es wieder geht oder still nach hinten gehen und auf eine Bank setzen/legen.

Es wäre klasse wenn wir uns danach nicht gleich in alle vier Winde verstreuen, sondern dann noch nett zusammenbleiben. Wir wechseln dann direkt im Anschluss in unsere Gastro im Nebenraum. Versorgen müssen wir uns da selber, also wäre es schön, wenn ihr eine Kleinigkeit beisteuern könntet. Tee, Kaffee, vielleicht Gebäck, Bananen, Brötchen o. Ä.

Wenn ihr etwas mitbringt, dann bitte in Maßen, denn sonst haben wir zu viel.

Ach ja, natürlich ist um die Uhrzeit auch nichts gegen ein Sektchen oder Prosecco zu sagen. ;-)

Wie gesagt, würde ich mich riesig freuen, das mit euch gemeinsam zu erleben. Und wer teilnimmt, sollte sehr ernsthaft dabei sein. Das ist oft nicht leicht, weil es eben etwas sehr ungewohnt und die Stille gegen das Naturell der meisten Menschen ist ;-)

Und alle die wieder im Skiurlaub sind, fahren an dem Tag bitte 108 Mal die Piste runter

... natürlich in Stille ... ;-)

Ich freue mich auf euch und eine rege Teilnahme!!!

Thorsten

Hintergrund:

Die Zahl 108 ist eine heilige Zahl im Buddhismus. Wir sprechen von 108 Meditationen, 108 Gefühlen, 108 Leidenschaften etc. Und die heilige Schrift des tibetischen Buddhismus, der Kanjur, umfasst 108 Bände. Nach der buddhistischen Lehre hat der Mensch sechs Sinne: Sehen, Hören, Riechen, Fühlen (Tasten), Schmecken und – neben diesen auch im Westen geläufigen Sinnen – auch Denken. Jeder dieser sechs Sinne kann mit angenehmen, unangenehmen oder neutralen Gefühlen verbunden sein. Dreimal sechs macht 18. Jedes dieser 18 Gefühle kann anhaften oder nicht anhaften und manifestiert sich in drei Zeiten: Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Zweimal 18 macht 36 und dreimal 36 macht 108. So kommt die Zahl 108 zustande.