



- Grußzeremonie -

Beim Betreten des *Dojo* verbeugt man sich, um dem Respekt vor dem *Dojo* mehr Ausdruck zu verleihen. Jeder, nicht nur die Schüler, sollten sich bewusst sein, dass er die Räumlichkeiten, in denen das Training stattfindet, so behandelt, als wären sie sein Eigentum. Jeder sollte bemüht sein, den Trainingsort sauber zu halten und nicht zu beschädigen.

Zu Beginn und Ende jeder Trainingsstunde oder jedes Seminars wird eine kleine Eröffnungs- bzw. Abschluss-Zeremonie durchgeführt.

Die Schüler stehen in Reihen geordnet hintereinander, dem Lehrer und der *Kamiza* (Schrein) zugewandt. Der höchstgraduierte Schüler steht aus der Sicht der Schüler in der ersten Reihe ganz rechts außen. Die niedriger graduierten Schüler stehen in abnehmender Graduierung links daneben. Die folgenden Reihen sind genauso aufgebaut und beginnen immer rechts. Sobald sich der Lehrer in *Seiza no Kamae* gesetzt hat, tun dies ihm die Schüler nach. Beim Abknien dreht man sich nach rechts. Nach rechts deshalb, weil links das *Katana* und andere Geräte getragen wurden / werden.

Beispiel:



Sobald alle sitzen, wendet sich der Lehrer der *Kamiza* zu. Wenn der Lehrer die Hände mit ausgestreckten Armen in Gesichtshöhe zusammenlegt, tun dies die Schüler ebenfalls.

Der Lehrer spricht dann: „*Shikin haramitsu daikomyo!*“, was die Schüler gemeinsam wiederholen.

Anschließend Klatschen alle gleichzeitig zweimal in die Hände und verbeugen sich vor dem Schrein. Dann wird noch einmal in die Hände geklatscht und man verbeugt sich ein zweites Mal vor der *Kamiza*.



Jetzt wird der Lehrer begrüßt. Der ranghöchste Schüler dreht sich leicht zum Lehrer hin und sagt: „*Sensei ni rei!*“ oder „*Shihan ni rei!*“ (Grüßt den Lehrer).

Dann verbeugen sich Schüler und Lehrer voreinander, mit den Worten: „*Onegai shimasu!*“ (Bitte um Unterricht / Unterweisung). Das „u“ im Wort „shimasu“ wird nicht gesprochen.

Der Lehrer erhebt sich danach zuerst, dann die Schüler.

Nach dem Training ist der Ablauf gleich, nur statt „*Onegai shimasu!*“ bei der letzten Verbeugung sagen alle: „*Domo arigato gosai mashita!*“ (Danke vielmals für den Unterricht). Hier wird das „i“ im Wort „mashita“ nicht gesprochen.

Während des Trainings, zur Begrüßung des *Uke* (Trainingspartner), wird sich aus dem Stand voreinander in einem 45° Winkel verbeugt. Die Arme sind dabei am Körper flach angelegt und die Hände auf den Außenseiten der Oberschenkel platziert. Während der Verbeugung schaut man seinem Gegenüber in die Augen.