

“Rei-Shiki”

| | |
|---------------|------------------------|
| Seiretsu | Aufstellen |
| Seiza | Knien |
| Mokuso | Meditation |
| Mokuso Yame | Meditationsende |
| Shomen ni rei | Grüssen zur Dojo Front |
| Sensei ni rei | Gruss zum Lehrer |
| Otaga ni rei | Gruss untereinander |
| Kiritsu | Aufstehen |

礼式

Bei Beginn des Training, beim “Otaga ni Rei”, sprechen die Schüler den Satz “**Onegai shimasu**”, als Begrüssung und Einstimmung für das Training aus.

Am Schluss des Trainings bedanken sich die Schüler für das Training mit “**Arigato gozaimashta**”

“Kazueru” - Zählen

In Japan wird sowohl in sino-japanisch als auch auf neu-japanisch gezählt.

Die sino-japanische Zählweise wird in der Zusammensetzung von Zahl und Hauptwort benutzt. Zum Beispiel -“san-bon”- drei Schritte.

In den Kampfkünsten wird sie jedoch seit alters her auch für alleinstehende Zahlen verwendet.

Begrüssungszeremonie



Das japanische Wort Mokotu bedeutet, dass man mit geschlossenen Augen nachdenken soll. Wobei hier, das Nachdenken im Sinne von beten verstanden wird.

Heute wird in den meisten Dojos, statt Mokotu Mokosu gesagt. Dabei treten die religiösen Komponenten zurück, zugunsten eines reinen Nachdenkens und Konzentrierens.

In Berichten über Karate und das entsprechende Begrüssungszeremoniell wird manchmal auf das Kommando Shomen ni Rei hingewiesen.

Dieser Begriff bedeutet, dass die im Dojo z.B. an der Stirnseite hängende Flagge des Landes, dem Bild des Gründers der Stilrichtung oder dem einer anderen Persönlichkeit, die für dieses Dojo verehrenswerten Status innehat, Respekt erwiesen wird, insbesondere dem Schrein der in fast jedem japanischen Dojo zu finden ist.

默想

| | | | | |
|----------|-----------|-----------|---------|---------|
| 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 1 - Ichi | 2 - Ni | 3 - San | 4 - Shi | 5 - Go |
| 六 | 七 | 八 | 九 | 十 |
| 6 - Roku | 7 - Sichi | 8 - Hachi | 9 - Ku | 10 - Ju |