



## REI

- Der respektvolle Gruß durch Verbeugung -



In den zwanzig Paragraphen des SHÔTÔ (SHÔTÔ-NIJU-KUN) hat FUNAKOSHI GICHIN an erste Stelle gesetzt:

**„KARATE beginnt mit Respekt und endet mit Respekt“.**

Dies betont die große Bedeutung, die den Etiketten und insbesondere der Verbeugung im KARATE zukommt. Ihr Wert liegt vor allem im erzieherischen Bereich. Der Schüler soll permanent dazu angehalten werden, Demut, Respekt und Höflichkeit walten zu lassen, so dass ihm dies in Fleisch und Blut übergeht.

### REI-SHIKI = Gesamtheit der Verhaltensregeln

礼式

REI-SHIKI (auch: REI-GI, REI-HO, SAHO) bezeichnet die Gesamtheit der Verhaltensregeln in den japanischen Kampfkünsten.

HAJIME-NO-SAHO = Beginn der Etikette  
OWARI-NO-SAHO = Ende der Etikette

Welche Rituale und Höflichkeitsregeln im Einzelnen beachtet werden sollen, ist von DÔJÔ zu DÔJÔ verschieden.

Die folgenden Regeln aber gelten in den meisten DÔJÔ:



- Verschiedene Formen des Grußes (REI) werden verlangt.
- Im DÔJÔ dürfen keine Schuhe getragen werden.
- Pünktlichkeit.
- Allgemeine Höflichkeit, Demut und Umsicht in Rede und Tat.
- Respekt vor dem Lehrer, den Mitschülern und dem DÔJÔ.
- Die Kleidung und Ausrüstung soll gepflegt sein.
- Der eigene Körper soll sauber und gepflegt sein.
- Bei Verspätung oder vorzeitigem Trainingsabbruch ist der Lehrer vorher zu verständigen.
- Während des Unterrichts soll nicht unnötig gesprochen werden.
- Essen, Trinken, Kaugummi kauen sind im DÔJÔ nicht gestattet.
- Die Nutzung von Handy, MP3-Player, Playstation o.ä. sind im DÔJÔ nicht gestattet.
- Sei strebsam und engagiert.

## REI = respektvoller Gruß durch Verbeugung

礼 REI = der respektvolle Gruß,  
REI wird in Verbindung mit einer Verbeugung als Dankes- und Höflichkeitsausdruck allgegenwärtig genutzt:  
bei Begrüßungen, Verabschiedungen, Danksagungen, Bestätigungen, zu Beginn und am Ende von KATA und Wettkämpfen usw.



Die Verbeugung signalisiert ganz allgemein Demut. So wird der erste Kampf der Kampf gegen sich selbst. FUNAKOSHI GICHIN betonte, dass die Höflichkeit die Grundlage jeder Etikette ist und der Gruß ihr wichtigstes Symbol.

REI signalisiert den Respekt, den ein Mensch in aller Bescheidenheit vor einem anderen bezeugt. Deshalb grüßt man mit Würde und Konzentration. Nie grüßt man oberflächlich und unkonzentriert. Die äußere Form zeigt die innere Haltung.

Prinzipiell unterscheidet man in:

座礼 **ZA-REI** = respektvoller Gruß im Sitzen (aus SEI-ZA = Kniesitz)  
(ZA = Sitz / REI = Gruß, Ehrerbietung)

立礼 **RITSU-REI** = respektvoller Gruß im Stehen (auch: TACHI-REI)  
(RITSU = Form, Etikette / REI = Gruß, Ehrerbietung)

Folgende drei Grußformeln sind in Training und Wettkampf üblich:

### Der erste Gruß

Dieser Gruß wird als erste Verbeugung zu Beginn und am Ende des Trainings im SEIZA (Kniesitz) ausgeführt in Richtung der Frontseite des DÔJÔ, die sich in traditionellen DÔJÔ auf der Ostseite des DÔJÔ befindet. Dabei haben sich alle Teilnehmer in diese Richtung ausgerichtet und verbeugen sich gleichzeitig dorthin. Dabei wird nicht gesprochen.

Mit diesem Gruß wird Respekt gegenüber den ideellen Werten der Kampfkunst, dem Begründer der Stilrichtung und dem DÔJÔ bezeugt. Je nach religiöser Einstellung wird mit diesem Gruß vor einer shintôistischen oder buddhistischen Gottheit auch das Gelingen der Übungen erbeten bzw. am Ende des Trainings eine entsprechende Danksagung ausgedrückt.

➤ 正面に礼 **SHÔMEN-NI-REI** = Gruß nach vorne  
(SHÔMEN = Front, Fassade / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

SHÔMEN ist die Stirn-/Frontseite des DÔJÔ, an der sich die wichtigen Dinge wie DÔJÔ-KUN (Regeln), Fotos der Altmeister / Ahnen und der Götterschrein befinden.

Bei Wettkämpfen begrüßen die Wettkämpfer durch Verbeugung im Stand auf dieses Kommando die Zuschauer.

oder

➤ **SHINZA-NI-REI** = Gruß zum SHINTÔ-Schrein / zu den Ahnen / den Geistern der verstorbenen Großmeister  
(SHINZA = Ahnen, Geister / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

oder

➤ **KAMIZA-NI-REI** = Gruß zu den Göttern / Ahnen / Geistern der verstorbenen Großmeister / Schrein  
(KAMIZA = Göttersitz / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

## Der zweite Gruß

Dieser Gruß wird als zweite Verbeugung zu Beginn und am Ende des Trainings im SEIZA (Kniesitz) ausgeführt. Dazu dreht sich der SENSEI nach dem ersten Gruß zu den Schülern um und alle verbeugen sich gleichzeitig.

Der Sinn dieses Grußes besteht darin, dass die Schüler den Lehrer um Anleitung auf dem Weg bitten, ihm für seine Bemühungen danken und versprechen, sich anzustrengen. Von Seiten des Lehrers ist es das Versprechen, sein Bestes zu tun, um die Schüler anzuleiten und sein Wissen weiterzugeben und ein Dank für das Vertrauen.

Normalerweise werden bei dieser zweiten Verbeugung am Beginn des Trainings durch die Schüler die Worte "O-NEGÂI-SHIMÂSU" ("Bitte [unterweise mich]") oder einfach nur „OSS“ gesagt.

Am Ende des Trainings sagen die Schüler: „ARIGÂTÔ-GOZAIMASHTA“ („Danke“), der Lehrer: „SHITSU-REI-SHIMASU“ („Entschuldigung [die Zeit ist leider um]“) oder beide wieder einfach nur „OSS“.

- **SENSEI-NI-REI** = Gruß zum Lehrer / Meister  
(SENSEI = Lehrer, Meister / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

Für ein DÔJÔ gibt es nur einen SENSEI. Wenn dieser verhindert ist und ein älterer Schüler das Training in Abwesenheit des Meisters leitet, kann dieses Kommando verwendet werden:

- **SEMPAI-NI-REI** = Gruß zum älteren Schüler  
(SEMPAI = älterer Schüler / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

## Der dritte Gruß

Dieser Gruß wird als dritte Verbeugung zu Beginn und am Ende des Trainings im SEIZA (Kniesitz) ausgeführt, außerdem vor und nach jeder Partnerübung im Stand zum Partner. Im Wettkampf grüßen auf dieses Kommando die Kämpfer bzw. Mannschaften zueinander.

Es ist der Gruß der Übenden untereinander und er drückt den grundlegenden Respekt aus, den ein Mensch dem anderen schuldet. Die Partner drücken damit vor allem ihr Bemühen aus, gemeinsam an ihrer Verbesserung zu arbeiten, und das Üben nicht in ein Kräfte- oder Technikmessen ausarten zu lassen. Trotzdem sollen sich beide Partner fordern, es ist immer ein Wandern an der Grenze des Möglichen.

Auch hier werden normalerweise wieder die Worte "O-NEGÂI-SHIMÂSU" ("Bitte [unterweise mich]") oder „OSS“ gesagt bzw. am Ende des Trainings „ARIGÂTÔ-GOZAIMASHTA“ („Danke“) oder „OSS“.

- **お互いに O-TAGAI-NI-REI** = Gruß zu den Mitübenden oder zum Partner  
(O = Höflichkeitspräfix / TAGAI = gegenseitig, einander / NI = Dativpartikel / REI = Gruß)

## Weitere Grußformeln

- **審判に礼 SHIMPAN-NI-REI** = Gruß der Kämpfer zu den Kampfrichtern  
(SHIMPAN = Kampfrichter / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

- **JOSEKI-NI-REI** = Gruß zum Ehrenplatz  
(JOSEKI = Ehrenplatz / NI = Dativpartikel / REI = Gruß, Ehrerbietung)

Dieser Gruß kann als erster Gruß zu Beginn und am Ende des Trainings ausgeführt werden, wenn das DÔJÔ keine SHÔMEN-Seite hat.