

## Ceremoniał

### Rozpoczęcie i zakończenie zajęć

Studenci siadają w rzędzie. Przyjmuje się, że osoby o wyższym stopniu siadają z prawej strony rzędu. W wielu *dojo* w chwili, kiedy nauczyciel wchodzi do sali siedzą już w pozycji *seiza* gotowi do zajęć.

Zajęcia rozpoczyna medytacja. Po komendzie prowadzącego (może to być między innymi: "*O`Sensei rei!*", "*Shomen rei!*", "*Rei!*") wszyscy wykonują ukłon w stronę portretu O`Sensei lub kaligrafii Aikido (*gaku*). Jeżeli zajęcia prowadzi dwóch instruktorów, teraz następuje ich wzajemny ukłon. Zwyczaj każe osobie o mniejszym doświadczeniu lub stopniu rozpocząć ukłon jako pierwszej i zakończyć jako drugiej. Teraz następuje ukłon grupy i prowadzącego - tu też obowiązuje podobna zasada - uczniowie rozpoczynają ukłon i kończą go po instruktorze. Bardzo często używa się w czasie tego ukłonu formuły: "*Onegai shimasu!*", - która oznacza prośbę o wspólną pracę.

Zakończenie zajęć ma przebieg podobny do poprzedniego. Po chwili medytacji na komendę prowadzącego studenci wykonują ukłon w stronę portretu a następnie ukłonem dziękują prowadzącemu. W tym przypadku często stosuje się formułę "*Arigato!*" lub "*Arigato gozai masta!*", - które oznaczają kolejno: dziękuję lub dziękuję bardzo. Na komendę: "*Kiritsu!*" wszyscy wstają do pozycji stojącej. Tutaj następuje kolejny ukłon. Jeśli zajęcia prowadzi instruktor o wysokim stopniu, lub jest to w zwyczaju *dojo*, wszyscy pozostają w *seiza* (pozycja siedząca), aż prowadzący nie zejdzie z maty i nie pozwoli studentom wstać. W niektórych *dojo* istnieje ponadto zwyczaj dziękowania osobom, z którymi ćwiczyło się podczas zajęć. Następuje to bezpośrednio po ceremoniale zakończenia zajęć i najczęściej wykorzystuje się ukłon w pozycji niskiej (*suwari waza*).

### Trening

W czasie treningu ćwiczących obowiązuje cisza. Rozmowy i przerywanie ćwiczeń bez powodu uznaje się za wyraz braku szacunku do cudzej i własnej pracy. Jeśli ćwiczącego poprawia instruktor nie powinno dochodzić do dyskusji, a raczej przyjęcia przez ucznia uwag nauczyciela w ciszy. W tym wypadku ważne jest podziękowanie za uwagi ukłonem.

Podczas prezentacji uczniów obowiązuje pozycja *seiza* (w wielu *dojo* dopuszcza się tzw. siad turecki, lub pozycję stojącą, w innych obowiązuje jedynie poprawne *seiza*). Najczęściej uczniowie siadają w półkolu wokół prezentującego technikę instruktora, tak, aby nikt z nich nie siadł plecami w stronę *kamiza*. Niedopuszczalne jest dyskutowanie z prowadzącym.

Ćwiczenie z partnerem zaczynamy i kończymy ukłonem, któremu towarzyszą kolejno - formuły: "*Onegai shimasu!*" i "*Arigato!*"

### Broń

Najczęściej *dojo* ma wyznaczone miejsce, gdzie studenci pozostawiają *jo*, *bokken* i *tanto*. Często są one pozostawiane na specjalnych stojakach. Jeśli studenci przynoszą broń w pokrowcach, te na czas zajęć powinny być rozwiązane, a broń gotowa do wyjęcia. Konkretnie zasady traktowania *jo* i *bokken* regulują tradycje konkretnych *dojo*, jednak przyjmuje się, że *bokken* należy traktować jak *katana* (ostrzy miecz) i na przykład leżący na macie nie powinien być skierowany ostrzem w stronę *kamiza*.

