

# ETIQUETTE SUR LE TATAMI

- En montant sur les tatamis et en les quittant, vous devez les saluer.
  - Saluez toujours en direction du Kamiza (mur d'honneur)
  - Votre kimono doit être propre et en bon état, les armes rangées lorsqu'elles ne sont pas utilisées. Respectez vos partenaires en veillant à votre propreté corporelle avant de monter sur les tatamis.
  - Ne vous servez jamais d'un kimono ou d'une arme qui ne vous appartient pas.
  - Quelques minutes avant la séance vous devez y être préparé assis en seiza, tous sur la même ligne, par ordre de ceinture ? Ces quelques minutes permettent de faire le vide et de se débarrasser des problèmes de la journée.
  - La séance commence par une méditation (Mokuso), par un salut et se termine de la même manière. Il est essentiel d'être à l'heure, mais si vous arrivez en retard, vous devez attendre sur le côté jusqu'à ce que l'encadrant vous autorise à vous joindre à la séance. Saluez-le une fois monté. Veillez à ne pas perturber la séance.
  - La façon correcte de se tenir sur les tatamis est la position seiza, en tailleur ou debout. Ne vous allongez pas et ne vous adossez pas au mur ou sur un poteau. Vous devez être disponible à chaque instant.
  - Ne quittez pas les tatamis pendant la séance sans en informez l'encadrant.
  - Quand l'encadrant montre une technique, vous devez rester assis en seiza, en tailleur ou debout et regarder attentivement. Après la démonstration, saluez-le, puis saluez votre partenaire et commencez l'étude.
  - Dès que le Maître ou l'encadrant annonce « maté », arrêtez immédiatement votre mouvement, saluez votre partenaire et rejoignez les autres pratiquants pour la présentation d'une explication complémentaire, d'un nouveau travail ou de la fin de la séance.
  - Ne restez jamais à ne rien faire sur les tatamis, s'il le faut rester en seiza ou en tailleur en attendant votre tour.
  - Si pour une raison ou pour une autre, vous devez poser une question à l'encadrant, dirigez vous vers lui mais ne l'appellez pas : saluez-le et attendez qu'il soit disponible.
  - Quand l'encadrant corrige un autre pratiquant, vous pouvez arrêter de travailler pour regarder, mettez vous en seiza, en tailleur ou debout et saluez la correction terminée.
  - Vous êtes là pour étudier, non pour imposer vos idées. Respectez les pratiquants les plus gradés. Ne contestez jamais la technique.
  - Parlez le moins possible sur les tatamis ; le dojo est un lieu d'étude et de transformation. Le silence soit y régner.
  - Il est interdit de manger, de boire (sauf avis médical) ou de fumer. Evitez les boissons alcoolisées avant les séances. Le port de bijoux est proscrit pendant les séances.
-