



Quelques règles du Dôjô

Le Dôjô est le lieu où l'on reçoit un enseignement, et où l'on cherche à se développer, à s'améliorer.

L'**étiquette** exprime le respect envers le lieu et les autres pratiquants, c'est une forme de politesse qui permet à chacun de trouver sa place et qui favorise une pratique harmonieuse limitant les risques inhérents à

la pratique des armes. L'étiquette n'est pas absolue et peut varier d'un Dôjô à l'autre selon les enseignants ou les fédérations; chaque pratiquant veillera à s'adapter aux règles en vigueur dans le lieu d'accueil, au besoin en observant les pratiquants plus anciens.

Tout commence par l'arrivée au Dôjô, un peu avant l'heure du cours, afin de se mettre en tenue et de se préparer mentalement à l'exercice des armes en oubliant les tracas de l'extérieur. On devra veiller à son hygiène corporelle et se déplacer avec des sandales appropriées entre le vestiaire et le *tatami*. On évitera les éclats de voix et les sonneries de téléphones, préservant ainsi la concentration de ceux qui s'entraînent déjà.

L'entrée et la sortie du *tatami* sont toujours marqués par un bref salut vers le *Shômen* (mur d'honneur appelé aussi *Kamiza*). En cas de retard, l'élève attendra au bord de la surface que l'enseignant fasse signe d'entrer; dans le même ordre d'idée, pour préserver la concentration des pratiquants, on ne quittera pas le *tatami* pendant le cours, et au besoin, on avertira l'enseignant avant de sortir.

Le salut de début et de fin de cours s'effectue debout (*ritsurei*) face au *Shômen*, les élèves s'alignent par ordre d'ancienneté dans la pratique; sur les ordres "*Shômen ni rei*" et "*Sensei ni rei*" on s'incline vers le *Shômen*, puis l'enseignant annonce le thème du jour et le début du cours; après le salut de fin de cours, enseignant et élèves se saluent mutuellement.

Dans la pratique des armes on doit se comporter comme s'il s'agissait d'armes réelles; on évitera de saisir ou de tendre le bokken à un autre pratiquant par la lame; en se déplaçant on veillera à garder la lame orientée vers le bas, à ne pas enjamber les armes déposées au sol et à ne pas passer prêt de pratiquants en mouvement. Les armes non utilisées seront rangées à plat au sol, pointe et tranchant éloignés du *Shômen*, et surtout pas appuyées verticalement contre un mur.

Dans le cadre d'exercices à deux, on se salue en début et en fin d'exercice; les pratiquants avancés ou les porteurs du *bokken* (*Uchidachi*) se placent dos au *Kamiza*. On doit garder à l'esprit que le partenaire est là pour nous aider à progresser et qu'il ne s'agit pas d'un duel; les avancés veilleront à adapter leur technique au niveau du partenaire.

Les élèves ne se corrigent pas entre eux, c'est le rôle des enseignants de la Fédération.

Ces quelques règles impliquent un peu de sérieux et de discipline mais ne doivent pas empêcher la bonne humeur et l'humour.