

ETIQUETA EN EL DOJO

El hecho de respetar la etiqueta del Aikido, es tan importante como aprender las técnicas. La mayoría de las veces el respetar la etiqueta requiere que uno deje de lado su orgullo y comodidad. La etiqueta no sólo es importante dentro del dojo sino en toda la vida. Los estándares de etiqueta pueden variar de un dojo a otro, pero estas líneas generales son universales y de sentido común. Por favor tómese el tema de la etiqueta en serio, no se tolerarán las faltas a estas normas independientemente del grado.

1. Cuando entramos o dejamos el dojo, es necesario saludar en dirección de la foto de O'Sensei o el kamiza. También se debe saludar cuando se abandona el dojo.
2. Nunca entrar con zapatos o zapatillas.
3. Es muy importante la puntualidad. Los estudiantes deberían estar alineados y sentados en seiza aproximadamente 3° 5 minutos antes del principio oficial de la clase. Si se llega tarde, se coloca uno en seiza en el borde del tatami y en silencio hasta que el instructor de permiso para entrar.
4. Si uno debe dejar el tatami por alguna razón a mitad de práctica, debe antes pedir permiso al instructor.
5. Es importante procurar no sentarse en el tatami dando la espalda al kamiza. Tampoco se debe uno apoyar contra las paredes o sentarse de otra manera que no sea seiza o con las piernas cruzadas.
6. Nunca practicar con relojes, anillos, pulseras, collares u otro tipo de joyería, incluidos pendientes, ya que podemos engancharnos o causar daño a otros compañeros.
7. No se puede traer comida, chicle o bebidas dentro del tatami. También se considera irrespetuoso introducir comida o bebida dentro del dojo.
8. Por favor, mantener limpias y cortas las uñas de manos y pies. Además es necesario mantener siempre la higiene corporal en el dojo.
9. Por favor, reducir la conversación al mínimo durante la clase. La conversación estará restringida a un tema: Aikido. Se considera particularmente irrespetuoso hablar mientras el instructor da la clase o enseña técnica.
10. Si tienes algún problema con una técnica, no se llama al instructor a gritos. Primero intenta observar como la hacen los demás. La observación también es una habilidad que uno debe desarrollar en la práctica. Si aun así se sigue teniendo problemas, se acerca uno al instructor y le pide ayuda.
11. Seguir las instrucciones del instructor al pie de la letra es imprescindible, de modo que el resto no tenga que estar esperándonos.
12. No involucrarse en conflictos o concursos de fuerza innecesarios durante la práctica.
13. Mantén tu keikogi limpio y en buena forma y libre de olores ofensivos.
14. Por favor, ser puntual a la hora de pagar las cuotas. Sino es posible pagar a tiempo hablar con el encargado lo más pronto posible.
15. Cambiarse de ropa sólo en los sitios habilitados para ello, no en el dojo.
16. Recuerda que no estás en clase para satisfacer tu ego, sino para aprender. Se recomienda una actitud de humildad y receptividad (aunque no de adulación). NO corrijas a otros alumnos.
17. Colocarse en seiza mientras el instructor hace correcciones o puntualizaciones.
18. Durante la clase, si el instructor está corrigiendo a un grupo cercano, se considera apropiado suspender la propia práctica para que el instructor pueda realizar ésta correctamente.
19. Nunca salir a beber sin pedir permiso.
20. No se puede llevar camiseta debajo del keikogi, salvo en caso de extrema necesidad o en el caso de las mujeres.
21. Es muy importante realizar correctamente el saludo siempre que lo hagamos, ya que lo contrario es una muestra de poco respeto y educación.
22. Saludar siempre a nuestro compañero después de realizar cada serie de repeticiones agradeciéndole que nos preste su cuerpo para practicar.
23. Tratar siempre a los compañeros con educación y con respeto. Es una falta muy grave lesionar o incomodar a un compañero por negligencia o por falta de concentración. (Aunque los accidentes a todos nos pueden ocurrir).
24. A clase se viene a aprender, no a enseñar ni a hablar. El tatami no es una democracia, y la disciplina debe seguirse a rajatabla. Las correcciones y puntualizaciones las hace el instructor, pero se puede echar una mano a un compañero en un momento dado.
25. Siempre mantener una actitud de alerta y concentración.
26. Intentar practicar siempre con alegría y con gozo. La atmósfera del tatami, debe ser siempre positiva y distendida. No está reñida la observación de estas normas con el hecho de divertirse practicando, más bien lo garantiza. No olvidemos que nuestra libertad termina donde empieza la de los demás.