

## LA POLITESSE ... C'EST LE RESPECT D'AUTRUI

Les cinq mots magiques de l'existence :

- bonjour,
- au revoir,
- pardon,
- s'il vous plaît, - merci.

La politesse qu'est-ce que c'est?

Être « poli », c'est être net, sans aspérités, comme la pierre polie par rapport à une pierre naturelle. Celui qui est poli connaît et applique les règles de comportement qui le rendent agréable, comme une pierre polie dans la main. Mais comment connaît-on ces règles ? On les apprend le plus souvent en famille, et aussi à l'école, au dojo. On les devine aussi, car elles ne sont pas toujours dites.

Être poli c'est ...

- Respecter systématiquement l'emploi des cinq mots magiques.
- Marquer une attitude de respect aux adultes en général, aux vieilles personnes en particulier. - Ne jamais élever la voix pour parler, même quand on veut se plaindre.
- Ne pas gêner les autres par notre comportement ou notre tenue. N'insulter personne.
- Connaître et respecter les règles des lieux où on se trouve.

Pourquoi être poli?

Parce que c'est la seule façon d'entrer en contact avec les autres. Avec les adultes (qui supportent très mal l'impolitesse), mais aussi avec les amis proches. Car eux aussi ont envie d'être entendus quand ils parlent, salués quand ils arrivent. Bien sûr, les règles de politesse entre copains sont différentes, mais elles existent. Dans le temps, on disait des règles de politesse que c'était les règles du « savoir-vivre ». C'était une jolie expression. La politesse, c'est savoir vivre avec les autres.

La politesse prépare à autre chose

C'est vrai, la politesse nous donne l'apparence de certaines qualités qu'on n'a pas encore forcément. On peut dire « merci » sans éprouver réellement de la gratitude, ou « excusez-moi » sans se sentir en faute. Mais c'est une discipline et cette discipline est nécessaire pour faire des choses avec les autres. Et à force, on finit par se rapprocher des qualités qui se cachent derrière ces règles de politesse, des qualités qui sont la seule chose qui importe vraiment.

La politesse au dojo c'est ...

- Arriver à l'heure.
- Ne pas faire (trop) de bruit dans les vestiaires.
- Ne pas courir dans les couloirs.
- Utiliser les cinq mots magiques surtout avec le professeur.
- Être propre.
- Saluer le tapis en entrant et en sortant.
- Saluer son partenaire avant et après chaque exercice avec lui. - Se taire quand parle le professeur.

Le salut, une règle de politesse utile

Il n'est pas toujours facile d'aller faire un combat avec quelqu'un. Quand on est secoué, on s'enflamme, on s'énerve, on se sent traversé par des émotions fortes, agressives. Il arrive qu'on prenne un coup sur un geste maladroit ! Dans la cour de récréation, on aurait une réaction de colère. Au dojo tout commence et tout finit toujours dans le silence et par le salut. Cela rend les choses plus faciles.

Source : Judo Magazine, septembre 2003