

Dico à l'attention des Aïkidokas

Ai Même, semblable, harmonieux
Arigatoo gosaimasu Merci (pour le présent)
Arigatoo gosaimasuta Merci (pour le passé)
Asahi Soleil levant
Ashi Jambe ou pied
Ayumi ashi Déplacement en pas de marche normale, une jambe après l'autre
Barai Balayage
Batto justu Art de dégainer le sabre (forme ancienne de IAIDO).
Bo Bâton long (1m2_ à 1m80)
Bo Jutsu Technique de combat au bâton.
Bokuto Sabre en bois
Bushi Guerrier
Bushido Voie du samouraï
Chudan moyen voir jodan et gedan (se dit d'une garde ou d'un tsuki)
Dan Niveau, grade
De ai Prise de contact. Aller à la rencontre. Anticipation, maîtrise de l'évolution de la distance entre les partenaires.
Do Voie spirituelle, mais aussi buste (autre kanji)
Dojo Lieu d'étude de la voie
Dori Saisie
Doshu Littéralement, le Maître de la voie, représentant suprême (technique et spirituelle) de l'art
Eri revers
Eri dori Saisie du col
Funa koshi Hanche bateau
Gaeshi Retournement (gaeshi) kote gaeshi, aller-retour
Garami Enroulement (ude garami, hiza guruma, jugi garami)
Gatame Immobilisation
Gedan bas. voir jodan et gedan (se dit d'une garde ou d'un tsuki)
Geiko Forme de travail. Voir ju no geiko, go no geiko, ipan geiko
Geri Coup de pied
Gi Vêtement. Keikogi : vêtement de pratique. Judogi : tenue de Judo, Karate gi : tenue de Karate.
Gi La technique, l'habileté (voir shin gi tai)
Go no sen Laisser l'attaque se développer
Go no Geiko Entraînement "fort" (voir geiko)
Goshi ou koshi, hanche
Guruma Roue
Gyaku Retourné
Gyaku Te Façon de tenir un tanto : la lame du côté du petit doigt
Gyaku yokomen Frappe latérale de l'intérieur vers l'extérieur (tanto)
Hadjime Commencer
Hakama Jupe culotte traditionnelle
Hane Bondir
Hanmi La moitié (droite ou gauche) du corps du corps
Hanmi handachi Pratique où tori est à genoux et uke debout
Henka Changement
Henka waza Enchaînement de plusieurs techniques (ne pas confondre avec kaeshi waza)
Hidari Gauche
Hinagata Symbole, prendre une chose pour un autre d'où l'idée d'âme
Hiragana Ecriture japonaise ou cuisine
Hiza Genoux
Honte Façon de tenir un tanto, la lame du côté du pouce
Iaido Voie du sabre
Iaito Sabre factice d'entraînement au Iai
Ikkyo Premier principe
Ipan Geiko Travail en adaptation, souple/dense

Jime Etranglement
Jinja Temple
Jodan haut. voir chudan et gedan (se dit d'une garde ou d'un tsuki)
Jo Dori Techniques contre attaque au jo
Ju no geiko Entraînement souple
Jo no sen Devancer l'attaque (voir go no sen et sen no sen)
Joseki Mur d'honneur dans un dojo
Ju Souplesse
Juji Croix
Jujutsu Art de la souplesse, anciennes méthodes de combat d'où sont tirés certains arts martiaux modernes
Juken jutsu Art de la baïonnette
Jutsu, Jitsu Technique
Ju waza entraînement libre
Jyaki Mauvais sentiment
Kaeshi waza Technique en inversement de situation. Tori devient uke et réciproquement.
Ka caché
Kai Association, groupement, école
Kaiten Rotation
Kakari geiko Forme de travail en continue où le partenaire attaque sans arrêt (avec un ou plusieurs adversaires)
Kake Exécution
Kami Déesse Shinto
Kamiwaza Technique divine
Karate do Voie (do) de la main (te) vide (kara)
Katame waza Techniques de contrôle qui sollicitent en général les articulations
Katate dori Saisie du poignet d'une main
Keiko Pratique (voir geiko), entraînement
Keiko ho Forme de pratique
Kempo Variante de karate chinois
Ken Sabre
Kendo Escrime japonaise qui se pratique avec des sabres de bambou ou SHINAI
Kensen Ligne imaginaire reliant les deux partenaires et où se situe l'action (littéralement : ligne des sabres)
Kesa giri Coupe diagonale en biais de haut en bas
Ki Energie
Kiri Couper (giri)
Kime En karaté, le moment où l'énergie est la plus forte (idée de moment décisif)
Kimono Vêtement traditionnel japonais
Ki musubi Liaison entre les deux partenaires
Ki nagare Energie-conduire. Littéralement : conduite de l'énergie. Mais il s'agit aussi de la canalisation de l'énergie.
Ko Petit
Kobudo Arts martiaux anciens
Kohai Débutant
Kokyu ryoku Pouvoir du kokyu. Désigne la puissance globale. Ce n'est pas la force mais l'ensemble des composantes de la puissance : direction, rythme et force.
Kokoro cœur, mentalité
Koryu Le vieux ou l'ancien style
Koshi Hanche (hane goshi)
Kote Poignet
Koshi ga suwaru Stable (hanche assise)
Kubi Cou
Kubi shime Attaque : passer le bras autour du cou
Kumi Groupe, Prise ou saisie
Kumi jo pratique du jo à deux
Kumi tachi pratique du sabre à deux
Kuzushi Déséquilibre
Kuzure Variante
Kansetsu Articulation
Ma Distance, intervalle
Ma Ai Gestion de la distance (espace et temps) de combat (de relation)

Maïtta Abandonner (être gêné)
Maki Enrouler
Mata Intérieur de la cuisse
Mawashi Circulaire
Me Yeux
Men uchi Coup de poing au visage
Mi Le corps (la chair)
Michi Variante de Voie
Migi Droite
Morote A deux mains
Misogi Purification
Mokuso Retour au calme (en seiza généralement)
Mu Vide, sans
Mu gamae Sans garde (voir kamae)
Mushin Sans attachement, sans ego
Musubi Unifier
Muna Poitrine, Le revers du vêtement (muna dori)
Mune Poitrine
Nage waza Techniques de projection
Naname En biais
Ne Couché
Nyukkyo Deuxième principe
O Grand
Obi Ceinture
Okuri Envoyer, offrir (un peu comme « to send »)
Omotokyo Secte fondée par Deguchi Wanisoburo
Onegai Shimasu Phrase que l'on prononce lorsque l'on salue quelqu'un et qui signifie littéralement : je vous fais une requête, soit : s'il vous plaît.
O Sensei Grand Maître : en pratique désigne Ueshiba Sensei
Osae Bloquer, pousser (hiji kime osae)
Osae waza Technique de contrôles
Osae Immobiliser
Otoshi Renversement
Rei Salut
Rei Shi Ki Marque de respect. Salutation-Formalité. Ensemble des comportements requis pour la pratique de l'Aïkido.
Ri ai Construction des techniques
Ritsu rei Salut debout
Ryu Ecole, dans le sens de système
Sabaki Esquive (mouvement)
Sakaru S'opposer, Aller contre
Samurai Guerrier ; membre de la classe militaire à l'époque féodale
Sankaku tai Position de garde, les pieds à angle droit de façon à ce que les lignes talon-orteils forment un triangle (le corps en triangle)
Seishin Esprit
Seiza Assis (sur les genoux)
Sempai Elève de haut niveau. Supérieur en âge ou en technique
Sen no sen Initiative sur initiative : susciter l'attaque (voir go no sen, jo no sen)
Seoi Porter sur le dos
Shiai Compétition
Shihan Professeur de très haut grade. Grand Maître
Shiho giri Action de couper dans les quatre directions (SHIHO = 4)
Shime Etouffement, Etranglement (ushiro kubi shime)
Shin Coeur, intelligence, esprit, coeur, noyau, dieu
Shinaï Sabre composé de 4 lamelles de bambou utilisé en KENDO
Shin gi tai Union du mental, de la technique et du physique : idéal recherché
Shi sei Attitude juste. Il n'est pas question du comportement mais de l'attitude intérieure bien que l'un puisse se déduire de l'autre.
Shinto Religion fondamentale du peuple japonais
Shizentai Position naturelle de base

Shobu Voie de la sagesse
Shodan Premier dan. Dan du débutant
Shomen De face
Shomen uchi Coup direct dirigé vers le visage ou le sommet de la tête
Sankyo Troisième principe de l'aïkido
Sode La manche du vêtement (sode dori)
Sokumen De biais
Suburi Pratique individuelle du sabre (on prononce tsuburi)
Sumo Lutte japonaise
Sun Tsu Auteur de « l'Art de la guerre »
Suwari assis (à genoux)
Suwari waza pratique à genoux
Tachi Dori Techniques contre attaque au sabre
Tai Le corps
Tai atari Moment où les corps entrent en contact. Point de rencontre spatial et temporel des énergies
Tai justu Technique à mains nus (avec le corps)
Taiso Echauffement, éducatif
Tambo Bâton court
Tanto dori Techniques contre attaque au couteau
Tatami Nattes de paille traditionnelle dans l'intérieur des maisons japonaises. Dans la pratique désigner-les tapis du dojo.
Tegatana Le tranchant de la main
Tekubi Poignet
Ten Point, ciel
Tsugi ashi Déplacement en glissant les pieds sans passer une jambe devant l'autre
Tsuki Coup direct et de face (jodan, chudan, gedan)
Tsukuri Préparation
Tsuri Pêcher, lever
Uchi deshi Elève ou apprenti vivant dans le dojo
Ude Bras
Ude gaeshi Retournement du bras
Ude garami Enroulement arrière du bras par l'intérieur (voir garami)
Ushiro hagai jime Attaque : Uke ceinture tori par derrière
Waza Pratique, technique
Yama Montagne
Yang Force centrifuge, lumière, masculin, esprit, ciel
Yari Lance
Yin Force centripète, obscurité, féminin, corps, terre
Yoko Côté
Yokomen Côté de la tête
Yokomen uchi Attaque diagonale vers un côté de la tête
Yonkyo 4ème principe de l'aïkido
Yudansha Pratiquant titulaire d'un grade DAN
Yumi Arc japonais
Za Le siège (sei za, Kami za)
Zanshin Esprit immuable. Continuité entre les techniques. Englobe les notions d'intention, de détermination, de cohérence entre les différents moments de la relation avec Uke.
Zarei Salut à genoux