

Aikidóval kapcsolatos japán szavak teljes listájának letöltése

Támadási alaphelyzet

TACHI WAZA: A felek egyaránt állnak.

SUWARI WAZA: A felek egyaránt térdelő ülésben vannak.

HANMI HANDACHI WAZA: Az uke áll, a nage/tori térdelőülésben vannak.

SHIHO WAZA: A nage-t/torit több uke támadja több irányból.

JIYU WAZA : Szabad gyakorlás. A támadó technika kötött, azonban a tori bármely technikával védekezhet, ill. gyakorolható egy vagy több emberrel is.

RANDORI: Harcszerű küzdelem. Nincs kötött támadás és nincsen megszabott védekező technika sem.

KAKARI-GEIKO: Az ukek az előírtas támadásokkal támadnak, és a nage/tori is a vizsgaanyagban szereplő technikákat alkalmazzák.

TANINZU-GEIKO: Az uke részére bármilyen támadás megengedett, a nage/tori bármilyen, az aikido elvei szerint felépített technikával küzdhet ellenük.

A támadás iránya

MAE WAZA: Előlről érkező támadások kivédése.

USHIRO WAZA: Hátról érkező támadások kivédése.

A két fél egymáshoz viszonyított helyzete

AI HANMI: Ellentétes állás és kézfogás.

GYAKU HANMI: Azonos állás és kézfogás, azaz tükörállás.

A támadás fajtája

Megfogások szemből

KATATE DORI: Egyik csukló megragadása.

HIJI DORI vagy SODE DORI: Egy kéz fog könyökre.

KATA DORI: Ruhafogás a vállon.

MUNE DORI: Ruhafogás a mellen.

KATATE RYOTE DORI vagy MOROTE DORI: Két kéz fog egy alkarra.

RYOTE DORI: Fogás mindkét csuklóra.

RYOHIJI DORI vagy RYO SODE DORI: Mindkét könyök megragadása.

RYOKATA DORI: Mindkét váll megragadása.

KATADORI MENUCHI: Egyik kéz vállra fog, a másikkal a fejre üt.

Megfogások hátról

USHIRO RYOTE DORI: Mindkét csukló megragadása hátról.

USHIRO RYOHIJI DORI: Mindkét könyök megragadása hátról.

USHIRO RYOKATA DORI: Mindkét váll megragadása hátról.

USHIRO ERI DORI: Egy kéz fog gallérra hátról.

USHIRO KATATE ERI DORI: Hátról az egyik kéz csuklóra fog, miközben a másikkal a gallérra.

USHIRO KUBISHIME: Hátról nyakátkarolás és fojtás egy kézzel.

USHIRO KATATEDORI KUBISHIME: Hátról az egyik kézzel a csuklóra fog, miközben a másikkal

a nyakat átkarolja, majd fojtás.

USHIRO HAGA IJIME: Két kezes átkarolás a könyök és a váll között.

Ütések / Vágások

SHOMEN UCHI: Egyenes ütés a fejre.

YOKOMEN UCHI: Oldalsó ütés a fejre.

SUIHEI UCHI: Vízszintes ütés.

GEDAN TSUKI: Egyenes ütés lágyékra.

CHUDAN TSUKI: Egyenes ütés a gyomorra.

JODAN TSUKI: Egyenes ütés a fejre.

Az aikido védekező technikái

KATAME vagy OSAE WAZA: Feszítéssel végrehajtott földre vitele

IKKYO OSAE: Első tanítás.

NIKYO OSAE: Második tanítás.

SANKYO OSAE: Harmadik tanítás.

YONKYO OSAE: Negyedik tanítás.

GOKYO OSAE: Ötödik tanítás.

HIJIKIME OSAE: Könyökfeszítés.

NAGE WAZA: Dobások

SHIHO NAGE: "Négy irányú" dobás.

KOTE GAESHI: Csuklócsavar.

IRIMI NAGE: Belépő dobás.

KAITEN NAGE: Forgató dobás: UCHI (belülről) és SOTO (kívülről).

TENCHI NAGE: "Ég és Föld" dobás.

KOSHI NAGE: Csípő dobás.

UDEKIME NAGE: Karfeszítéses dobás.

KOKYU NAGE: Dobás a légzés erejével.

USHIRO KIRI OTOSHI: Levágás hátulról.

SUMI OTOSHI: "Sarok/kanyar leejtés." vagy ledöntés.

JUJI GARAMI: Dobás karkeresztezéssel és könyökfeszítéssel.

GANSEKI OTOSHI: Háton átdobás.

AIKI OTOSHI: Emelés az aiki felhasználásával.

Szavak, kifejezések

AI: Harmónia, szeretet, egyesülés, azaz: Szeretet szelleme a harmónia szelleme.

AIKI: Egyesülés a KI-vel.

AGATSU: "Masakatsu agatsu." → "Önmagunk legyezése az igazi győzelem."

AIKIDOKA: Aikidós, aikido gyakorló, aikido tanuló.

AIKI OKAMI: Az AIKI nagy szelleme, azoknak az eszméknek a szimbóluma, melyeket az alapító a legnagyobb tiszteletben tartott.

AIKIJUTSU: Ősi Japán Harcművészet.

AIKI TAISO: Aikido bemelegítő gyakorlat.

ARIGATO!: Köszönöm!

AIKIKAI: AIKI-szövetség.
ASHI: Láb, lépés, mozgás, a láb mozgása.
ASHI BARAI: Lábsöprés.
ATEMI: Ütés kézzel.
AYUMI ASHI: Normális járás.

BARAI: Kaszálni söpörni.
BO: Bot.
BOKEN: Fakard.
BU: Harci szellem, harcos lelkesedés, tűz.
BUDO: "A harc útja." Harcművészetek, ill. a hozzá társuló szellemiség gyakorlása a test és lélek fejlesztése céljából.
BUDOKA: A Harcos út gyakorlója, tanuló.
BUSHI: Harcos, samuráj.
BUSHIDO: A BUSHIK erkölcs kódexe.

CHUDAN: A test középső területe.

DAITO RYU: Az AIKIJUTSU hagyományos rendszere, ebből fejlődött ki az aikido.
DAN: Feketeöves, azaz a mester fokozat.
DO: Út.
DOJO: Edzőterem, olyan hely, ahol a japán harcművészeteket gyakorolják.
DOMO ARIGATO GOZAIMASHITA!: Nagyon szépen köszönöm!
DOSHU: A legmagasabb hivatalos rang, ez a rang öröklődik.
DORI: Fogás, megfogás.

EMPI UCHI: Ütés könyökkel.
ERI: Kabáthajtóka gallér.

GARAMI: Kulcs, kulcsolás.
GAESHI: Megfordítás, megcsavarás.
GERI: Rúgás.
GEDAN: Alsó rész. a test alsó (öv alatti) része.
GI: Ruha, (edzőruha) szó rövidítése.
GOSHI: Csípő.

HAJIME!: Rajta! Gyerünk!
HAKAMA: Hagyományos samuráj szoknyanadrág.
HANMI: Állás, testtartás, pozíció, (félíg nyitva).
HARA: Has.
HEIKI : Nyugalom.
HIDARI: Bal.
HOMBU DOJO: A japán aikikai központi épülete, edzőterme.

IKI: Lélegzet.
IRIMI: Belépés.

JO: Bot.
JODAN: A test felső része.

KAMAE: Alapállás.
KAMI: Istenség, istenszellem.
KAMIZA: Magas ülőhely, az edzőterem tiszteletbeli helye, ahol az alapító képe, egy SHINTO templom és egy kalligráfia van.
KATA: Előre meghatározott forma, formagyakorlat.
KATANA: Japán kard.
KEIKO: Gyakorlás, edzés.
KEIKOGI: Edzőruha, japán ruha.
KI: Életenergia.
KIAI: KI-vel való telítődés, egy kiáltás.
KIHON: Alap; alapvető; lényeges.
KIRI: Vágás.
KYU: Fokozatok, amik megelőzik a DAN fokozatokat.
KOBUKAN: Az aikidó első edzőtermének neve.
KOKKYU: Légzés, lélegzés.
KOKYU HO: Légzésmód vagy lélegzet meditáció.
KOKYU NAGE: A KOKYU-n alapuló dobástechnika.
KOOHAI: Fiatalabb, kezdő aikido tanuló.
KOTE: Alkar, vívókesztyű.
KOSHI: Csípő.
KOTAGAESHI: Alkarcsavar, alkarfordítás, azaz csuklócsavarásos technika.
KUBI: Nyak.
KUBI SHIME: Nyakfogás.
KUMI TACHI: Páros gyakorlatok.

MAE: Elöl, elülső, előre.
MAE UKEMI: Esés, gurulás előre.
MAE GERI: Egyenes rúgás előre.
MAE UKEMI: Előre gurulás.
MATE!: Állj!
MENUCHI: Vágás, ütés a fejre.
MIGI: Jobb oldal, jobbra irányuló.
MOKUSO: Meditáció, a BUDO-iskolákban a meditációra felszólító vezényszó.

NAGE: a technikát végrehajtó fél (akit támadnak) és dobás.
NAGE WAZA: Dobástechnika.
NINJUTSU: Ósi Japán Harcművészet.

O NEGAI SHIMASHU: a „Legyen szíves!” udvarias japán kérés formula.
OBI: Öv.
OMOTE: Felszín, előre, előtte.
O-SENSEI: Nagymester, az aikido alapítója, Ueshiba Morihei, egyedül az alapítót hívjuk így.
OSAE: Leszorítás.
OSAE WAZA: Leszorításos technikák, kontroltechnikák.

REI: Meghajlás, tisztelet és hála kifejezésének módja.
RYU: Iskola.

SEIKI: Szellemi energia.
SEIZA: A japán ülés, térdelés.

SENPAI: Idősebb, haladóbb aikidót gyakorló.
SENSEI: Tanár, oktató, szokásos japán megszólítása.
SHIDOIN: Vezető, irányító, oktató, edző.
SHIHAN: Oktató, mester.
SHIKO: Térden járás.
SHIZENTAI: Természetes állás.
SHINTAI: Előre-hátra mozgás.
SHINTO: Az istenek útja.
SHOREMADE: Állj, gyakorlatok vége!
SHODAN: Első fekete öves, mesteri fokozat, kezdő DAN.
SHOMEN: Elülső rész.
SOTO: Külső.
SHUKASHI WAZA: Azok a technikák, amelyek során nem engedi a tori, hogy a támadó megfogja.
SUMI OTOSI: "Sarok/kanyar leejtés." vagy ledöntés.
SUWARI: Ülés, ülőhelyzet.
SUWARI WAZA: A felek egyaránt térdelő ülésben vannak.

TACHI: Hosszú japán kard vagy állás, testtartás.
TACHI WAZA: A felek egyaránt állnak.
TAI: Test.
TAI SABAKI: A test mozgatása, aikidóban körkörös, köríves mozdulatokat jelent.
TANTO: Kés.
TATAMI: Szőnyeg, amin a gyakorlatokat végzik.
TE: Kéz.
TEGATANA: kéz-kard.
TEKUBI: Csukló.
TENCHI: Ég és Fold.
TENKAI ASHI: Fordulás.
TENKAN ASHI: Tengelyen fordulós lépés.
TORI/NAGE: A technikát végrehajtó fél, akit támadnak.
TSUGI ASHI: Követő lépés.
TSUKI: Egyenes ütés.
UCHI: Vágás
UDE: Kar.
UKE: Akin a technikát bemutatják.
UKEMI: Gurulás, esés, a sérülést elkerülő technika.
URA: Hátoldal, hátul.
USHIRO: Hátra irányuló.
USHIRO UKEMI: Gurulás hátrafelé.

WAZA: Technika.

YAME!: Állj! Pihenj!
YOKO: Oldal.
YOKOMEN: A fej oldala, oldalsó arcél.

ZAZEN: Zen-meditációs ülés.
ZORI: Szandál, saru, papucs.