

A

AI : Harmonie, union., unification, rencontre.

ARIGATOO : Merci.

ASHI : Pied, jambe.

ASHI BARAI : Balayage (des jambes).

ATEMI : Coup porté théoriquement à des endroits vitaux du corps humain.

AYUMI ASHI : Déplacement en pas de marche normale : une jambe après l'autre.

B

BATTO JUTSU : Art de dégainer le sabre (forme ancienne de IAIDO).

BO : Bâton long (1,80 m).

BOJUTSU : Art ou bien technique du bâton.

BOKKEN : Sabre de bois.

BOKUTO : Sabre de bois.

BUDO : Voie de la guerre, art martial.

BUSHI : Guerrier, samouraï.

BUSHIDO : Code d'Honneur des BUSH.

C

CHUDAN : Niveau moyen, CHUDAN TSUKI : coup de poing hauteur abdomen-plexus.

D

DAN : Degré, grade.

DEAI : Prise de contact, premier temps de la technique (litt. : s'harmoniser en allant vers...)

DO : Voie.

DOJO : Lieu où l'on étudie la voie, salle de pratique des arts martiaux.

DOZO : Je vous en prie, s'il vous plaît.

DOSHU : Littéralement, le Maître de la voie, représentant suprême (technique et spirituelle) de l'art.

E

ERI : Col.

G

GEDAN : Niveau bas.

GERI / KERI : Coup de pied.

GI : Tenue d'entraînement appelé à tort KIMONO - JUDOGI : tenue de Judo, KARATE GI : tenue de KARATE.

GI : La technique, l'habileté (cf. "SHIN, GI, TAI").

GO NO GEIKO : Entraînement fort.

H

HAKAMA : Jupe culotte traditionnelle portée dans tous les BUDO classiques.

HANMI : Position asymétrique de base d'Aïkido : un côté en avant.

HARA : Le ventre, considéré comme centre vital.

HENKA : Changement (de posture sans bouger les pieds).

HENKA WAZA : Variations, enchaînements.

HIDARI : Gauche.

HIJI : Coude.

HIZA : Genoux.

I

IAIDO : Voie du sabre (voie du sortir du sabre).

IAITO : Sabre factice d'entraînement au IAI.

IRIMI : Point fort de l'AïKIDO, c'est l'action d'entrer droit sur l'adversaire tout en esquivant, action très positive.

Presque tous les mouvements d'AïKIDO utilisent le IRIMI et au paroxysme du IRIMI : TENKAN.

J

JO : Bâton utilisé en Aïkido (1,28 m).

JODAN : Niveau haut.

JOSEKI : Mur d'honneur d'un dojo.

JU : Souplesse.

JUKEN JUTSU : Art de la baïonnette.

JU JUTSU / JIU JUTSU : Art de la souplesse, anciennes méthodes de combat d'où sont tirés certains arts martiaux modernes.

JU NO GEIKO : Entraînement souple.

JU WAZA : Travail libre.

K

KAMAE : Garde, posture.

KAMIZA : Place d'honneur du Dojo vers laquelle les saluts s'effectuent et où se trouvent généralement le portrait de O SENSEI et/ou un temple Shinto, et/ou une calligraphie.

KAITEN : Rotation, mouvement giratoire.

KARATE : Art martial bien connu, de KARA : vide et TE : mains.

KATA : Formes imposées, ensemble de mouvements stylisés.

KATA : Epaules.

KATAME WAZA : Techniques de contrôle qui sollicitent en général les articulations.

KATANA : Sabre japonais.

KAI : Association, groupement, école.

KAKARI GEIKO : Forme de travail en continue où le partenaire attaque sans arrêt (avec un ou plusieurs adversaires).

KEIKO : Pratique, répétition, entraînement.

KEIKO HO : Formes de pratique.

KEMPO : Sorte de KARATE chinois (SHORINJI KEMPO). 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 (litt. : ligne des sabres).

KESA GIRI : Action de couper en biais et de haut en bas.

KI : Fluide vital, énergie cosmique.

KIAI : Cri, souffle ou bien impulsion.

KI MUSUBI : Liaison entre les deux partenaires (litt. : nœud du Ki).

KIRI : Coupe (de KIRU : couper).
KOBUDO : Arts martiaux anciens.
KOKORO : Mentalité, cœur et esprit.
KOSHI : Hanches.
KOTE : Poignet.
KUMI : Groupe KUMI TACHI : Travail du sabre à deux.
KUMI JO : Travail du bâton à deux.
KOKYU : Respiration, échange, alternance de temps pleins et vides, rythme, coordination.
KOKYU HO : Exercice de KOKYU.
KOKYU RYOKU : Force développée grâce à une bonne utilisation de KOKYU. KUBI : Cou.
KYU : Grade que l'on décerne avant les DAN.
KYUDO : Voie du tir à l'arc.

M

MA : Intervalle, distance, relation (entre les deux partenaires).
MA-AI : Gestion de la distance, de la relation.
MAE : Devant.
MAE GERI : Coup de pied direct de face.
MAWASHI GERI : Coup de pied circulaire.
MICHI : Voie, DO.
MIGI : Droite.
MUNE : Poitrine. MUNE DORI : saisie du revers.

N

NAGE : Celui qui fait la technique (appelé aussi TORI ou SHITE).
NAGE WAZA : Techniques de projection.
NAGINATA : Sorte de hallebarde recourbée, fauchard. Le NAGINATA est également un art martial pratiqué principalement par les femmes.
NANAME : En biais.

O

OMOTE : Positif, devant, endroit.
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.
OSAE WAZA : Techniques de contrôle, ex : IKKYO.
O SENSEI : Lin : Grand Maître, désigne le fondateur, Morihei Ueshiba.

R

RANDORI : Travail libre et continu.
REI : Salut.
REISHIKI : Etiquette, règles de comportement dans le Dojo.
RITSU REI : Salut debout.
RYU : Ecole (dans les arts martiaux).

S

SAMURAI : Guerrier ; membre de la classe militaire à l'époque féodale.
SANKAKUTAI : Position de garde, les pieds à angle droit de façon à ce que les lignes talon-orteils forment un triangle.
SEISHIN : Esprit. BUDO SEISHIN : esprit BUDO.
SEIZA : Position à genoux, assis sur les talons.
SENSEI : Professeur, enseignant ou toute personne que l'on respecte beaucoup.
SHIAI : Compétition.
SHIHAN : Professeur de très haut grade. Grand Maître.
SHIHO GIRI : Action de couper dans les quatre directions (SHIHO = 4).
SHIN : Esprit, cœur.
SHINAI : Sabre composé de 4 lamelles de bambou utilisé en KENDO.
SHIN GI TAI : Union du mental, de la technique et du physique : idéal recherché.
SHINTO : Religion fondamentale du peuple japonais.
SHISEI : Attitude, posture correcte.
SHITE : Celui qui fait la technique (appelé aussi TORT ou NAGE).
SHIZENTAI : Position naturelle de base.
SHODAN : Premier DAN (DAN du débutant).
SHOMEN : De face.
SODE : Manche.
SOKUMEN : De biais.
SOTO : Extérieur.
SUMO : Lutte japonaise.
SUBURI : Exercice individuel de coupes répétitives au Ken.

T

TAI : Le corps.
TAI JUTSU : Techniques de combat à mains nues.
TAI SABAKI : Déplacement du corps (souvent combinaison de "Irimi-tenkan").
TAISO : Gymnastique, éducatif, échauffement.
TAMBO : Bâton court.
TANTO DORI : Techniques contre couteau.
TATAMI : natte épaisse de paille que l'on trouve dans les maisons japonaises et dans les DOJO ; par extension le tapis du DOJO.
TE : Main.
TEGATANA : Tranchant de la main.
TEKUBI : Poignet.
TENKAN : Déplacement en pivot autour du pied avant.
TE NO UCHI : Intérieur de la main.
TORT : Celui qui fait la technique (appelé aussi NAGE ou SHITE).
TSUGI ASHI : Déplacement en glissant les pieds sans passer une jambe devant l'autre.
TSUKI : Coup direct et de face (poing, sabre ou bâton).

U

UCHI : Intérieur.

UDE : Bras.

UKE : Celui qui attaque et qui chute.

UKEMI : Chute.

URA : Négatif, extérieur, revers, partie cachée.

USHIRO : Arrière.

W

WAKA SENSEI : Fils du Maître, littéralement : jeune Maître (ne s'emploie que lorsque le Maître est encore vivant).

Y

YOKO : Côté.

YOKOMEN : Côté de la tête.

YUDANSHA : Praticant titulaire d'un grade DAN.

YUMI : Arc japonais.

Z

ZANSHIN : Attitude de contrôle et de vigilance qui suit l'exécution d'une technique.

ZAREI : Salut à genoux.