

Um pequeno dicionário de termos técnicos, comuns na prática do Aikido

A

A

O som da respiração de ataque (positivo)

AGE

Significa um movimento ascendente

AGE-TSUKI

Soco de baixo para cima, equivalente ao “uppercut”

AGE-UKE

Bloqueio de baixo para cima contra ataques altos

AGO

Queixo

AI

Idéia de unir, juntar, amor

AI HAMNI

Posição de guarda no Aikido, Nague e Uke com mesmos lados à frente

AI NUKI

Sair de uma luta de espada ileso e sem ferir seu oponente

AIKI

Idéia de unir os “Ki”, idéia central do Aikido

AIKI JUJUTSU

Conjunto de técnicas marciais usando o princípio Aiki, sem o espírito “Do”

AIKI RIPPO

Os preceitos do Aiki

AIKI SEISHIN

Espírito AIKI

AIKI TAISO

Exercícios específicos para desenvolver a estabilidade e o fluxo de Ki

AIKIDOÍSTA

Pessoa que pratica Aikido

AIKIKAI

Qualquer Dojo filiada à Fundação Aikikai do Japão

AITE

Oponente, adversário

AITSUKI

Estocada simultânea

AIUCHI

Bater no inimigo exatamente no mesmo momento em que ele tenta nos bater

AMATERASU OH MI KAMI

A suprema divindade do xintoísmo, a deusa sol

AMATSU GAMI

A suprema divindade do reino celestial

AMATSU IWASAKA

Os 5 níveis (dezessete sons) da existência eterna.

AMATSU KANAGI

AIKIDO - GLOSSÁRIO

Caminho da materialização, A I U E O

AMATSU SUGASO

Caminho da espiritualização

AME NO HASHI DATE

Ponte estável no céu, a vontade vivifi cante

AME NO MINAKA NUSHI

Divindade do centro, o vazio, Kotodama de U

AME NO UKIHASHI

A ponte fl utuante no céu, os oito poderes, Hi Ki Si Ti Yi Ri Mi In

ANA

O nome do céu, consciência preexistente, não-manifesta, que atecede Mana

ANSEI

Período na história japonesa de 1854 até 1859

ANZA

Sentar-se com as pernas cruzadas

ARA HITO GAMI

Seres humanos com consciência cósmica que se julga terem vivido na época dosdeuses

ARAMITAMA

O espírito do fogo (Yang). Kotodama de E e Re. Regente de Iku Mussubi

ARIGATO GOZAIMASU

Muitíssimo obrigado

ASA

Manhã

ASAME, TRISAME, SAMAYE

Igual, diferente, semelhança

ASHI

Pé

ASHI BARAI

Técnica de varredura com o pé

ASHI GATAME JIME

Estrangulamento executado com as pernas

ASHI GATANA

O cutelo do pé

ASHI KUBI

O tornozelo

ASHI MIMI

(Lit. Ouvido do pé), sentir o parceiro através do pé

ASHI MOTO

O espaço em frente do pé de uma pessoa

ASHI SOKO

Golpear com o pé

ASHI URÁ

A planta do pé

ASHI WAZA

Técnicas de desequilíbrio onde se usa o pé para ajudar a derrubar

ASHIGARU

Soldado a pé, normalmente não pertencia a um classe de samurai

ATAMA / MEN

AIKIDO - GLOSSÁRIO

A cabeça ATARI Procurar atingir um objetivo nele se concentrando com todas as energias ATE Golpe com a mão

ATEMI

Golpe, batida em região vulnerável do inimigo

ATEMI WAZA

As técnicas de atemi

ATMAN

Alma individual

ATO-UCHI

Ameaçar um ataque como na final do boxe

AUM

Símbolo sagrado em sânscrito, o som primordial

AWASE

Treinar com outras pessoas atacando e/ou defendendo, “colando”, juntando

AYAKASHIKONE NO KAMI

Divindade do Kotodama In. Cria o sentimento humano, a ternura e um senso de nobreza

AYUMI ASHI

Andar do Aikido semelhante ao normal com as pontas dos dedos para fora

B

BAFUKU

Regime militar do Xogum Minamoto Yoritomo, copiado por Tokugawa

BAJUTSU

Arte de cavalgar

BAKUMATSU

Final da era militar do governo japonês no período de 1850 a 1867

BAN YU AIGO

Amor e compaixão universais, o espírito de proteção por todas as coisas

BANZAI

“Viva”, “Longa vida ao Imperador”, saudação de brinde

BARAI

Ato de varrer, varredura

BATTO

Arte de sacar a espada

BO

Bastão longo, maior do que o Jo, muito usado nas lutas chinesas e de Okinawa

BO JUTSU

Arte de usar o Bo

BOGU

Armadura de proteção usada no Kendô

BOKKEN / BOKUTO

Sabre de madeira usado em treinamentos semelhante ao Katana

BRAHMAN

Deus hindu da criação

BU

Designativo de Marcial; que se refere a coisas de artes de guerra

BUDÔ

AIKIDO - GLOSSÁRIO

Artes marciais usadas como filosofia; caminho de vida marcial

BUDÔ KYOIKU

A educação dos indivíduos através do BUDÔ

BUGEI

Prática guerreira onde todos os recursos eram admitidos

BUGEI JUHAPPAN

As dezoito artes marciais tradicionais

BUGI

Uniforme das artes marciais

BUJIN

O Guerreiro japonês á pé; o soldado de infantaria

BUJUTSU

Conjunto de artes de guerra

BUJUTSU TANREN

O treinamento faz artes de guerra

BUJUTSUKA

Artista marcial

BUKI WAZA

Técnicas com armas

BUN

Cultura ou artes literárias

BUNKYO

Período da história do Japão de 1861 a 1863

BUNREI

Espírito individual, uma parcela do espírito universal de Amaterasu Oh Mi Kami

BURAI

Expulsar

BURAKU

Organizações de pequenos lugares no período feudal do Japão

BUSHI

Guerreiro; militar nobre

BUSHIDÔ

Um conjunto de normas de conduta do samurai, não escrito, mas obedecido

BUTSUKARI

Bater contra alguma coisa

C

CHI (TI)

Sangue, sabedoria, terra, solo, Ki

CHIBURI

Removendo o sangue da espada, normalmente associado aos movimentos do laido oulajutsu

CHIISAI

Pequeno

CHIKAI

Estar face a face com o oponente

CHIKARA O DASU

Energia que sai do corpo ao se esticar os membros

AIKIDO - GLOSSÁRIO

CHIKARA O IRERU

Força muscular, da concentração dos músculos

CHIN NA

Agarrar e imobilizar (Gyaku Te, em japonês)

CHINKON KISHIN

Prática espiritual (lit., trazer paz para a alma e retornar a Deus)

CHOKU REI

Espírito orientador. Ver Naobi.

CHUDAN

A meia altura

CHUDAN TSUKI

Soco a meia altura

CHUDAN UKE

Defesa a meia altura

CHUDEN

As artes marciais intermediárias em uma escola de Budô, não secretas

CHUSHIN

O centro

D

DACHI

Posição do corpo

DAI

Prefixo para designar o cardinal, Dai Iti: “O primeiro”; grande

DAI BUTSU

Estátua de Buda em Kamamura no Japão. Pesa 13 toneladas

DAI NIHON BUTOKUKAI

Órgão oficial de controle de estudantes de artes marciais, fundado em 1895

DAI NIPPON JODOKAI

Grande Organização de Jodo do Japão

DAIMYO

Chefe militar durante o período feudal, subordinado ao xogun

DAISENSEI

Uma forma muito polida para descrever um professor que ostenta o 10º Dan, em Kendo: literalmente “grande professor”.

DAISHO

Um conjunto de espadas, normalmente composto pelo Katana e Wakizashi

DAITO RYU JUJUTSU

O grande caminho oriental do jiu-jitsu, supostamente transmitido da linhagem imperial para Sokaku Takeda, um dos mestres de Ō Sensei

DAKITE

Mãos em gancho

DAN

Graduação de faixa preta

DANGYO

Artes para homens

DASU

AIKIDO - GLOSSÁRIO

Esticar para a frente as mãos e/ou os pés

DATTO

Remover o Katana do Obi no final de um Kata

DE AI

O momento de encontro, de contato entre Nague e Uke durante o Waza

DEBANA

Atacar no movimento

DEGUCHI, ONISABURO

Co-fundador da Oomoto Kyo, mestre espiritual de Morihei Ueshiba

DENSHO

Um documento dando informação escrita sobre uma escola tradicional

DESHI

Aprendiz, o aluno

DHARMAKAYA

Corpo do universo. Grande Buda do sol.

DO

Caminho; filosofia; Modo de Conduta; o Caminho para se viver corretamente

DOGEN

Fundador do Soto Zen japonês no século XIII

DOGI

Vestimenta de treinamento, erradamente às vezes denominada: Kimono

DOGU

Equipamento de Kendo. Normalmente denota todo o equipamento agrupado e posto em uma mochila

DOJO

Lugar onde se pratica o Do

DOMO ARIGATO GOZAI MASTA

“Muito obrigado” em japonês

DOSA

Exercício

DOSHU

O mestre, o líder, o chefe geral de um grande movimento

DOZO

“Por favor”, em japonês

E

EI

Kiai tradicional típico do Budô japonês

EICHI

Sabedoria

EIMEROKU

Lista de praticantes

EMPI

Cotovelo

ENTEN NO RI

Entrada circular em uma técnica

ERI

Gola; colarinho

E

FU HSI

Na mitologia chinesa, um dos três nobres imperadores (terceiro milênio a.C.) e criador dos oito trigramas do I Ching

FUDACHI SHINMYO RYOKU

Doutrina da sabedoria inalterável de autoria de Takuan-zenji

FUDOSHIN

Espírito que permanece calmo diante do inimigo

FUDOTAI

Corpo inamovível

FUKURAMI

Expandir

FUKUSHIDOIN

Professor assistente do mestre

FUKUSHIHAN

Vice-instrutor chefe ou mestre

FUKUSHIKI KOKYU

Respiração abdominal profunda

FUMI

Pisar

FUMIKOMI

Chute onde a perna se distende como um pilão

FUNAKOGI

O exercício do remo para fortalecer os quadris e a estabilidade

FURI UCHI

Pancada aplicada na diagonal com a mão ou com a espada

FURIDAMA

O exercício de “pegar” energia com as mãos e vibrar em frente do Hara

FUSEGU

Defender-se

FUSO FUTO NO KOKORO

Espírito que não disputa ou luta com os outros

FUTARI

O encontro de dois adversários em luta

FUTOMANI

Princípio universal do Kotodama

G

GAESHI

Contra atacar; virar na direção oposta

GAKAKU GEIKO

Prática entre kendoísta de habilidade equivalente, em Shiai ou Kata

GAKE

O ataque, dependurar, enganchar

GAKUSEI

Estudante

GARAMI

Entrelaçado, pregado

GASHUKU

Campo de treinamento intensivo no qual os estudantes vivem juntos durante algum tempo.

GASSHO

União formal das palmas das mãos usada pelos budistas. Uma reverência

GEDAN GAESHI

Defesa baixa contra ataques, contra atacando

GEDAN NO TAISURU

Postura com a Kodachi em resposta a um atacante que adota um Gedan noKamae

GEI

Cultivo da mente e do corpo através de um treinamento técnico

GEIKO

O treinamento, em japonês

GEKU

Santuário exterior em Ise

GEN

Origem, palavra

GENJI

Período do ano de 1864 na história do Japão

GENKI

Vigor

GENSHI

Átomo

GEZA NO GYO

Treinamento em humildade

GI

Uniforme para a prática

GIHO

Técnica

GIMNU

O pagamento de débitos que não anulam o "On". Ex: Favores dos pais

GO

Número cinco em japonês; antigo jogo de tabuleiro de origem chinesa; duro.

GO BUREI

Termo de Kendo quando se adota uma postura alta (Jodan), cujo significado é "por favor, perdoe minha arrogância". Também usado quando um bom ataque é rechaçado por uma defesa incorreta ou quando uma parte do corpo sem proteção é atingida pelo Shinai

GO NO SEN

A segunda etapa na defesa, é o contra ataque

GO SAMURAI

Samurai que presta serviço para um lorde mas que não vive na sua residência ou na cidade a volta do castelo. Eles estavam no nível intermediário entre o Samurai e o Goshi, sendo mais independentes e rústicos do que o samurai que vivia nas cidades

GO SHIKI JIN

As cinco raças, os primeiros ancestrais terrenos dos seres humanos

GOHO

AIKIDO - GLOSSÁRIO

Um antigo método de combate onde se entrava na mesma linha do ataque

GOJU SUZU GAWA

Rio dos cinquenta sinos (Kotodama)

GOKUBI KAI

Mundo infinitesimal do espírito

GOKUI

A essência de uma escola de Budô

GOMEN KUDASAI

“Da licença, por favor”, em japonês

GORIN

Cinco círculos

GORINHOTO

Pedra tumular budista que simboliza os cinco níveis

GOSHI

Literalmente, samurai rústico ou rural. Somente podia usar uma espada

GUEDAN

Baixo

GUEDAN BARAI

Bloqueio de um soco varrendo para baixo

GUIRI

O pagamento devido a favores recebidos que não sejam oriundos de “On”

GURUMA

Roda

GUSHI

Esperto, boca

GYAKU

Contrário, não natural

H

HA Ala, lado, gume do kataná

HACHI RIKI Os Oito Poderes

HACHIKO Cão homenageado com uma estátua em Tóquio

HACHIMAKI TENGHI Faixa, de pano, que se coloca na testa para evitar que o suor atrapalhe

HADAKA Nu, sem roupas

HAI Sim

HAISHIN UNDO Exercício no final das aulas de Aikido para relaxamento

HAISOKU A parte frontal do pé

HAITO A parte oposta do Togatana entre o polegar e o indicador

HAJI A vergonha, o que fazia os samurai se matarem

HAJIME Comando para começar, normalmente usado em competições

HAKAMA Tipo de calça-saia usada pelos Yudansha e pelas mulheres no Aikido

HAMNI Posição do corpo

HANDASHI WAZA Técnicas com Nague ajoelhado e Uke em pé

HANE Projeção

HANSHI A mais alta licença para ensinar Kendo, mas somente desde 1957. Anteriormente havia somente graus de primeiro ao 5º Dan de Yudansha. Depois de 1957, foram introduzidos mais cinco graus, até o 10º Dan, e níveis de ensino de Renshi, Koshi e Hanshi

HANYA SHINGYO Cântico budista (Sutra do Coração). Um dos principais textos sagrados do budismo

HAPPO Oito direções

HAPPO NO KUZUSHI Quebrar a postura de Uke nas 8 direções

HARA Abdômen, centro de todas as energias do ser humano

HARA DE KANGAERU Pensar com o Hara

HARA DE YARU Agir a partir do Hara. Executar a técnica por meio do poder unificado de corpo, mente e espírito

HARA GA DEKITE IRU Seu Hara acabou, um homem realizado

HARA KIRI Forma deslegante de denominar o suicídio com o corte do abdômen

HARAGEI Escolas de desenvolvimento das energias do Hara

HARAI Um movimento com intenção de projetar algo para fora. Purificação

HARAU Aparar a espada do oponente

HASAKI Fio cortante da espada

HASAMI Pegar algo, contornando-o com tesoura ou pinça

HASSO Posição clássica da esgrima japonesa

HATAMOTO Samurai nobre dos tempos feudais

HAZUMI Executar um movimento com o corpo, com habilidade, com técnica

HEIHO Estratégia; documentos associados com um Dojo

HEIKO Paralelo

HEIMIN Plebeus

HEISHIKI BUTSU Segundo estágio de iluminação (individual) no budismo

HENKA WAZA Técnica avançada do Aikido onde Nague flui de uma técnica para outra; variações e mudanças desenvolvidas a partir de um Kata original

HENOBE Vestimenta formal do samurai

HIBI SHOSHIN Estar com a mente sem preconceitos, limpa, como um principiante

HIDARI Esquerdo em japonês

HIDEN Tradição secreta

HIFUMI Um, dois, três: espírito, mente e corpo

HIJI Cotovelo

HIJIKI O uso da energia “Ki” pelo cotovelo; também significa torcer, esmagar

HIJUTSU Técnica secreta

HIKI Puxão, puxar

HIKI WAZA Técnica com um passo para trás

HIKIWAKI Disputa empatada

HIKY TAOSHI Puxar para baixo

HIMO Cordão usado para atar a armadura de Kendo

HIMOROGI O fio da vontade que une alma e espírito

HINAGATA Campo eletromagnético ou alma e espírito humanos

HINOKI O “Ki” do fogo, do sol. Cipreste japonês

HIRAGANA Alfabeto cursivo japonês

HIRAKI ASHI Passo para o lado

HISHIGE Esmagar, romper

HITCH Sete em japonês

HITO Ser humano como fixação do espírito

HITO SASHI YUBI Dedo indicador

HITO-E-MI A posição triangular do Aikido, literalmente, “fazer o corpo pequeno”

HITORI GAMI Divindade individual

AIKIDO - GLOSSÁRIO

HITORI GEIKO Treinamento solo (individual)
HIZA O joelho, em japonês
HIZA UCHI Batida com o joelho
HIZAGASHIRA A rótula do joelho
HO Exercício, prática
HOBaku Artes de controle
HOKKAIDO Província setentrional do Japão
HOKO JINSUKE Supõe-se ser o fundador do Iai
HOMBU DOJO Dojo Central, normalmente refere-se a sede do Aikido em Tóquio
HONNO O mais alto objetivo do treinamento, superar o intelecto tornando os movimentos e ações instintivas
HONTAI Exprime o domínio do espírito sobre o corpo
HYODO Atitude do espírito marcial buscando a justiça e a razão correta

I

IAI Ato de antecipar a um ataque, é praticado em uma arte marcial, o Iaido
IAI GOSHI Afundando os quadris
IAITO Réplica de espada para iniciantes
ICHI Um, em japonês
ICHI REI SHI KON Um único espírito, quatro almas
ICHIDEN RYU Esgrima de um estilo clássico
IIE Não
IKI Refere-se ao “Ki” da vontade
IKI MIYA O corpo humano como um sacrário vivo
IKIOI Impulso, queda com força bruta
IKU MUSSUBI Kotodama de Su, A e Wa. Governado por E, o símbolo do fogo e do triângulo. Essência do mundo animal.
IKUGUI NO KAMI Kotodama de Mi, preenche a forma com energia Ki
IKYO Primeiro ensinamento. Técnica mais fundamental
IMA Agora, o momento presente
IN Postura negativa de Kamae como Hasso
INAKA-SAINURAI Samurai com direito de usar as duas espadas
INKA Uma forma de certificação geralmente indicando maestria total
INKYO A aposentadoria, o retiro
INOCHI Força motriz da vida
INORI Oração
IOI Expressão: “começar”, usada em competição
IOSHI Expressão: “Preparar-se”, usada em competição IPPAN GEIKO Termo designativo de aula normal, cotidiana
IPPON Um ponto
IRIMI Entrar no adversário, ir à frente; sinônimo de Omote
IRIMI SEIME Avançar espiritualmente sobre o corpo do atacante, como em um Kiai de tremenda magnitude, paralisando o subconsciente
IRODAMA Espírito da cor
IROHA Alfabeto japonês
ISHI Rocha, vontade
ISHI JINJA Principal santuário do xintoísmo

ISSOKU ITTO NO MAI Uma postura de Chudan na qual os dois oponentes tocam as pontas de suas espadas. Basicamente nesta distância basta um passo para ser possível lançar um golpe fatal

ITO Linha ou fio, a vontade invisível

ITTO RYU Estilo de esgrima que usa somente uma espada

IUDO Acompanhar os movimentos de Uke, fundindo-se com ele

IYA TOH Um Kiai encontrado em antigas escolas de Kendo

IZAGANI NO KAMI Kotodama de I

IZANA Unir e criar o paraíso

IZANAGI OH KAMI I e Wi como um só. Os ancestrais divinos dos seres humanos na mitologia japonesa. Amor puro e sabedoria perfeita.

IZANAMI NO KAMI Kotodama de Wi

IZUNOME NO MIKOTO Equilíbrio perfeito de Yin e Yang no universo

J

JI Letra japonesa que significa: “O Eu”

JICHO A dignidade

JIGEN RYU Escola clássica de esgrima

JIGOTAI Posição defensiva do corpo

JIKISHIN KAGE RYU Escola clássica de esgrima

JIKU Eixo (Ji é tempo e Ku é espaço)

JIME Técnicas de estrangulamento

JINJA HONCHO Entidade religiosa que engloba os 80 mil templos xintoístas no Japão

JIRIKI A auto ajuda, vinda de dentro

JIU JIZAI Liberdade absoluta que resulta da consciência da identidade entre a natureza de uma pessoa e a do universo em si mesmo. Um termo budista

JO Bastão mais curto que o Bo, mais usado no Aikido e no Jodo

JODAN Nível acima do peito

JOKYO Instrutor assistente no sistema de Jo praticado pela polícia japonesa

JOSEKI O lado esquerdo do tatami de quem olha do “Kamiza”

JOTORI Técnicas de Aikido ensinadas para retirar o Jo atacante de Uke

JOZU NA Habilidade

JU Dezenas, também suave, não resistente, o princípio básico do Judô

JU NO KATA Demonstração em camera lenta dos princípios básicos

JU NO RI Princípio do Ju

JUJI Cruzado, atravessado

JUJI GARAMI Técnica de Aikido onde Uke é derrubado com os braços cruzados

JUKUREN Habilidade, destreza

JUMBI TAISO Exercícios preparativos de aquecimento antes das técnicas

JUSHIN O centro de gravidade, o Hara

JUTSU Técnica marcial

JUTTE Arma utilizada pela polícia no período feudal para capturar a espada do samurai

JYAKI Sentimento maldoso

K

KACHI Samurai inferior

KADO MATSU Grinalda de folhas de pinheiro, que simboliza a espera, colocada nas portas das casas antes do Ano Novo

KAEI Período da história do Japão de 1848 a 1853

KAESHI WAZA Técnica avançada do Aikido, onde Uke passa a Nague no meio do Waza

KAGAMI Espelho, ver a si mesmo através dos olhos de Deus

KAGATO O calcanhar

KAGURA MAI Dança dos deuses

KAI Associação, comunidade

KAISHAKU Decapitador

KAITEN Rolar, virar

KAKARI GEIKO Exercício seriado, onde se faz a mesma técnica em série com várias pessoas

KAKE Execução, o momento em que se consegue a projeção

KAKEGOE Um Kiai ou grito usado durante a prática

KAKURIGAMI Divindade oculta

KAKUSHI Técnicas ocultas nos movimentos dos Kata

KAKUTEI JUTSU O Kung Fu, em japonês

KAMA Foice usada pelos camponeses de Okinawa

KAMAE A posição de guarda: existem vários tipos de posições. Ex. Hamni, Hasso.

KAMI Divindade do xintoísmo. Energia universal

KAMI MUSSUBI NO KAMI Divindade da consciência objetiva

KAMIWAZA Técnica divina, inspirada. Técnicas que utilizam o princípio universal e o poder espiritual.

KAMIZA O lado do tatami onde fica o altar ou a fotografia do Fundador

KANCHO O chefe de um Dojo

KANGAERU Pensar (lit., retornar a Deus)

KANJI Sistema de escrita japonesa. Um único ideograma desse sistema.

KANNAGARA NO MICHU O rio de Deus; a energia global do passado, presente e futuro

KANNON Divindade suprema do panteão budista. Macho e fêmea como um só

KANO, JIGORO Criador do Judô

KANSETSU WAZA Técnicas nas articulações, nas quais o Aikido é uma das mais completas

KAU Período da história japonesa de 1865 a 1867

KAU Rosto, face, semblante

KARADA Corpo

KARUI Luz

KASHI Grau militar de um oficial não comissionado

KASHIMA SHINTO RYU Estilo de esgrima, de inspiração divina, originário da ilha Deer. Talvez a primeira escola de esgrima com regras formais no Japão. Um dos muitos estilos antigos de esgrima estudados por Ô Sensei.

KATA Movimento padronizado envolvendo alguma idéia, princípio;

KATA DORI Segurar pelos ombros

KATA SODE DORI Segurar na gola

KATAKANA Letra de forma japonesa

KATAME Concentrar-se, ficar em guarda

KATAME WAZA Técnicas de imobilização no chão, ou no tatami

KATANA O sabre mais usado pelo samurai

KATATETORI Nome dos kata de Aikido onde o pulso de Nague é segurado pela mão de Uke

KATSU Vencer

KATSU HAYABI Instantâneo, além do tempo e do espaço.

KATSUJINKEN Vencer uma luta de esgrima sem ferir o oponente

KAWA WA TAEZU NAGARERU, SHIKAMO O rio flui constantemente, mesmo assim ele não muda. A pessoa deve agir no momento.

KAYABUKI Telhado de palha.

KAZOTAMA Espírito dos números.

KEI Sistema, método

KEIKO O treinamento das artes marciais

KEIRAKU Meridianos

KEIREI Uma forma muito respeitosa de reverência abaixando-se lentamente até os quadris

KEISHICHORYU Kata usado pela polícia japonesa em tempos passados

KEN Lâmina

KEN SAKI / KISSAKI A ponta da espada. Sinônimo de Kensen

KENSEI Santo da espada

KENSHO A primeira experiência de iluminação de uma pessoa

KEPPAN Juramento de sangue

KERI Chute

KESA GIRI Corte diagonal com a espada

KI Energia vital, o que move as coisas, elemento que se quer unir no Aikido

KI GA NUKERU Perder o Ki, por perder a concentração no Hara

KI MUSSUBI Unifi cação, manter unido o Ki ou o sentimento

KI NO NAGARE A corrente de Ki

KI WO DASU Enviar o Ki para o exterior

KI WO KIRU Cortar o Ki

KI WO NERU Treinamento do próprio Ki

KI WO TOTONOERU Preparar o Ki, para usá-lo através da concentração e relaxamento; armazená-lo

KIAI Grito emitido para unificar o corpo com o espírito; descarga de energia

KIAITARI Ameaça de estocar com a espada

KIBISHA Retidão, rigor

KIGURAI Uma atitude positiva ou sentimento nobre

KIHI-TE Mão que puxa

KIHON WAZA As técnicas base de uma Ryu; as técnicas padrões

KIKEN Abandono

KIME Ataque rápido, com fi nalização correta, de efi cácia penetrante

KIME WAZA Técnicas decisivas, fi nais

KIMONO Vestimenta tradicional japonesa

KIN KERI Chute nos testículos

KINOJI O autocontrole, o espírito de controle

KIRI Cortar

KIRITSU Ordem de comando para os alunos levantarem-se após o “Rei”

KIRITSUKE Ato de cortar com a espada

KITAI Corpo espiritual (de Ki). Método avançado do Aikido, no qual o parceiro quase não é tocado.

KO Círculo, circular; também antigo ou pequeno

KO BUDÔ O Budô antigo, luta com armas antigas, espada, bastão, etc

KO NO ON A obrigação que se assume com o Imperador, que não se pode pagar

KOAN Paradoxo Zen (ou “exemplo público”) destinado a levar a mente para além do pensamento conceitual.

KOBUSHI Punho

KOBUSHI ATE Ataque a pontos vitais com o punho

KODACHI Espada curta de metal ou madeira

KODEN Tradução de documentos antigos

KOGERI Ataque

KOHAI Junior, aprendiz (é importante no Budô, a relação Sempai-Kohai)

KOI GUCHI Entrada, buraco da bacia do kataná

KOJIKI Livro dos acontecimentos antigos do xintoísmo.

KOKA Período da história japonesa entre 1844 a 1847

KOKORO O coração, o sentimento, as coisas da sensibilidade, a personalidade

KOKU Quantidade de arroz capaz de alimentar uma pessoa por um ano

KOKYU Vai e vem dos fenômenos, a “respiração” do universo, a respiração normal

KOKYU NAGUE Um golpe executado apenas com ritmo e extensão do Ki.

KOKYU RYOKU A energia, a força oriunda do Kokyu

KOMAINU Uma estátua na entrada de um templo ou jardim xintoísta, normalmente na forma de um leão ou de um cão protegendo o local da entrada de espíritos malignos. As imagens, que se parecem com cães, são baseadas na aparência dos cães chineses da raça Sharpei

KON NO BUDÔ Artes marciais dedicadas ao desenvolvimento espiritual

KONGO Mandala do budismo Shingon.

KOPPO / KAPPO Sistema de reanimação de uma pessoa desmaiada, técnica de ressuscitamento

KORYU Escola de arte marcial antiga

KOSHI Os quadris

KOSHI GA SUWARU Estar bem firme, estável (lit., os quadris sentados).

KOSHI ITA Aba traseira no Hakama protetora das vértebras lombares

KOSHI WAZA Técnicas com os quadris

KOTAI Duro

KOTE O pulso e o antebraço

KOTE HINERI Torcer o pulso

KOTEGAESHI Virar o pulso contra ataque

KOTO Palavra

KOTODAMA O espírito das palavras (os sons tem efeitos físicos no Universo)

KU O céu, o vazio

KU SOKU ZE SHIKI, SHIKI SOKU ZE KU Vazio é forma e forma é vazio

KUATSU Técnicas de reanimação

KUBI O pescoço

KUBOTAN Bastonete de defesa pessoal

KUDEN Técnicas, golpes secretos, que só são ensinados às pessoas de confiança

KUGE A corte dos nobres hereditários do imperador

KUI ARATAMERU Corrigir-se, mudar de vida.

KUIUI KATA Método de tirar a pegada do oponente sobre a gola ou a faixa

KUKAI Mestre budista, fundador da escola shingon no século IX. Seu título

KUMI Cruzar armas, lutar

KUMI TACHI Cruzar armas com a espada, exercício combinado com a espada, à dois

KUMIJO Cruzar armas com o JO, normalmente exercício combinado com o Jo, à dois

KURAI Posição

KURAI DACHI Movimento da esgrima que exemplifica Ikyo, o 1º princípio do Aikido.

KURAMA RYU Uma escola clássica de esgrima

KURO OBI Faixa preta (Kuro Obi Kai significa seminário de faixas pretas)

KUSARIGAMA Uma arma composta de corrente e foice com uma bola de aço ou gancho na ponta. Esta arma não era usada pelos samurai de classes superiores, mas estava normalmente

associada com os goshi. Escolas que usam esta arma estão praticamente extintas no Japão. A Araki Ryu é uma das

poucas remanescentes que se especializaram no Kusarigama

KUSHI Um espeto

KUSHIMITAMA Kotodama de I

KUSURE Desmoronar, tombar

KUTSU Postura

KUU NO KI O Ki do vazio, a energia do nada

KYOSHI Instrutor

KYOTO Antiga capital do Japão

KYU Grau de principiante.

KYUJUTSU Arte do arco e flecha

KYUSHO Os pontos vitais do corpo humano, onde se aplica Atemi e Shiatsu

L

LAO TZU

O fundador do taoísmo, a doutrina dos contrários, Yin e Yang

M

MA AI A distância de combate onde Nague e Uke se unem em um só corpo e espírito

MAE UKEMI A queda para frente, a defesa do corpo

MAGATAMA Símbolo da energia de materialização, contas de rosário.

MAHAVAIROCANA MAHAYANA O chamado grande veículo do budismo, o caminho da salvação de todos (diferenciando-se de Hinayana, que, do ponto de vista Mahayana, é o caminho da libertação individual)

MAITTA Expressão: “estou derrotado”, em japonês

MAKI Enrolar, virar

MAKI DESHI Estudante

MAKI KAESHI Girar para defender

MAKIWARA Tatame enrolado para ser usado nos cortes de teste (Tameshigiri) ou nas técnicas de Atemi

MAKOTO Sinceridade, a integridade de propósitos, a firmeza

MAMORO Colocar-se na defensiva, proteger-se

MANA Maná, pão. A palavra verdadeira, alimento divino.

MANAKA Centro exato

MANJUSHRI Bodhisattva da sabedoria.

MANTRA Sílabas ou versos a serem repetidos, forma de meditação.

MARUBASHI Estratégia de combate onde se vai diretamente contra a linha do inimigo

MARUI Movimento circular

MARUTEN Um ponto dentro de um círculo, o símbolo do Kotodama de Su.

MASSHOMEN Diretamente a frente

MATA Coxa

MATE Expressão: “Espere”, “um momento”, usada em competições

MATSU Como substantivo, pinheiro. Como verbo, esperar

MAWARI GEIKO Um procedimento durante a prática para os estudantes treinarem em rodízio

MAWARU Girar em volta

MAWASHI Semi-círculo

ME Olho

MEIJI Período de 1868 a 1911 na história do Japão

MEN Cabeça

MEN TSUKI Soco no rosto

MENJO Certificado ou diploma de graduação nos budô modernos indicando um nível de 1 a 10, tanto para graus de Kyu ou Dan

MENJO INKA Documento indicando a transição de um estudante de um estágio para outro. Usado nas antigas tradições de artes marciais. Não indica necessariamente um nível, mas sim o grau de compreensão alcançado em determinado Kata ou Waza de certas escolas. Estes documentos ainda se preservam na moderna sociedade japonesa, mas poucas pessoas além dos japoneses obtiveram eles. O primeiro diploma pode ser recebido depois de 5 anos de prática, depois o estudante poderá participar das classes dos adiantados enquanto digere a primeira fase de ensinamentos esotéricos. O segundo diploma é dado após 10 anos de treino ou mais e o certificado final só é recebido por estudantes muito antigos

MENKYO Licença de ensino para Renshi, Kyoshi e Hanshi

METSUKE Foco com o olhar

MI Corpo

MICHI O modo de vida, conhecimento divino.

MICHIRU Estar repleto, completo, prosperar.

MIGUI O lado direito

MIIZU Autoridade divina.

MIKOTO Divindade encarnada, manifestação de Makoto.

MIKOTOHA Onda de energia vital

MISSOGI Limpeza, purificação do corpo e do espírito, para permitir a entrada de novas energias(xintoísmo)

MISSOGI HARAI A purificação que as leis naturais realizam no Universo evitando a desordem

MITAMA Espírito e alma

MITAMA MIGAKI Aprimorar a alma, elevar o discernimento

MITAMA SHIZUME Trazer paz para a alma pela atividade

MITCHAKU SURU Estabelecer contato

MIYAMOTO MUSASHI Famoso espadachim japonês

MIZU Água ou sopa

MIZU NO KI O Ki da água

MOCHI Segurar com as duas mãos, também Morotetori

MOKUROKU Catálogo de técnicas escritas de um Ryu

MOKUSO Sentar em Seiza concentrando-se e procurando a unidade físico-mental

MON Símbolo de família ou clã

MOROTE Segurar com as duas mãos uma mão

MOTOGAERI Retornar à própria origem espiritual

MU O mundo invisível de energia.

MU GAMAIE Uma atitude sem nenhuma posição definida; Musashi referia-se a esta postura como "aberta para todos os lados"

MUDRA Postura corporal ou gesto reflexológico geralmente feito com as mãos.

MUGA Estado de espírito onde o observador é eliminado

MUJUSHIN A mente do impermanente.

MUNE DORI Ataque onde Uke segura no peito de Nague

MUNEN Não ter nenhum pensamento

MUROMACHI Período de 1393 a 1490 na história do Japão
 MUSHIN Mentalidade sem apego ou egoísmo.
 MUSO GENRI O Princípio Único, Yin-Yang (In e Io em japonês)
 MUSSU O que provoca o nascimento, que faz nascer
 MUSSUBI União, aquilo que une
 MUTEIKO Não-resistência.
 MUTO Ausência de espada
 MYO Mistério
 MYOYO Iluminação espiritual

N

NAGASHI Sinônimo de ludo, acompanhar ligando
 NAGINATA Esporte nacional japonês oriundo dos tempos antigos. Era uma arma usada para atacar cavaleiros nos campos de batalha. De acordo com registros antigos elas foram primeiro usadas em 939 d.C. e particularmente desenvolvidas em 1185, na era Kamakura. Em 1603, na Era Edo, uma afiada e bem ornamentada Naginata foi desenvolvida para o uso das mulheres dos samurai. Nestas famílias de guerreiros, as filhas praticavam o Naginata e suas armas eram oferecidas como tesouro quando iam se casar. A Naginata é basicamente uma arma comprida, parecida a uma lança com uma espada na ponta
 NAGUE Aquele que executa as técnicas no Aikido
 NAIKU Santuário interior em Ise
 NANJI Modo educado de dizer “você” NAOBI Espírito orientador e corretivo. Choku Rei, Koto- dama de Su e U.
 NARIKIN Um peão promovido a rainha; pessoa que enriquece com falcatruas
 NAWA Corda
 NEI DEN Waza secretos
 NESSHIN Zêlo, entusiasmo, fervor
 NI Dois em japonês
 NIDAN WAZA Uma técnica que requer dois passos
 NIGEN Duas origens, Yin e Yang
 NIGIRI KATAMI Fechar os dedos firmemente com os polegares no meio, um método supostamente indicado para dar coragem e espírito resoluto
 NIGUI (NIGIWAU) Florescer, prosperar, desenvolver-se
 NIGUIMITAMA Espírito da água (O), regente de Taru Mussubi
 NIHON / NIPPON Nome alternativo do Japão
 NIHON JODO RENMEI Federação Japonesa de Jo
 NIHON KOBUDO SHINKOKAI Sociedade Japonesa de Preservação dos Antigos Caminhos Marciais
 NIKYO Segundo ensinamento: mostrar Yin oposto a Yang.
 NOBASHI Estirar, desequilibrar esticando o inimigo, quebrando sua postura
 NODO Garganta
 NODOJITSU Técnicas em amarrar as pessoas com 2 cordas
 NOREN Cortina de tecido recortado que é colocada na porta de residências e estabelecimentos comerciais. Ela é símbolo de respeito a Koojin, o Deus do Fogo
 NUKI Evasão
 NUKI WAZA Técnica que induz o oponente a atacar um alvo particular. O defensor rechaça o atacante e contra-ataca no final do movimento
 NUKIKATA Sacando a espada

NUKITE Atemi com a ponta dos dedos com a mão aberta

NUKU Sacar a espada

NURUTAMA Alma adormecida, outro nome dado a Sachimitama

NYOI O centro que realiza os desejos no budismo e no taoísmo.

NYUINON SURU Tornar-se um pupilo, juntar-se a um dojo

O

O Grande

Ô SENSEI Grande Sensei, referindo-se a Morihei Ueshiba

O TAGAI NI REI Reverência mútua entre os praticantes OBI Faixa, cinto

ODACHI Espada longa japonesa

OGI Arte ou técnicas secretas de um antigo Ryu

OH KUNI TAMA OH KUNI NUSHI Divindade da felicidade e da saúde espiritual

OHOTONOBÉ NO KAMI Kotodama de Ri. Torna a consciência eficiente

OHOTONOGI NO KAMI Kotodama de Si. Produz a consciência humana e o sentimento

espiritual OHTEN Virar para o lado

OJI WAZA Uma técnica usada como uma defesa e depois aplicada no contra-ataque

OKI I Grande

OKUGI Mistérios interiores de uma Ryu

OKURI Ir ao encontro, enfrentar

OKURI ASHI Passo deslizante sem cruzar os pés, mantendo o mesmo pé a frente enquanto avança ou recua

OMOIYARI Uma atitude de respeito pelo sentimento alheio

OMOTARU NO KAMI Kotodama de Hi. Fornece poder espiritual

OMOTE Entrar na frente, o lado da frente

OMOU Pensar, mente instintiva

ON A obrigação que quem recebe um favor deve pagar a quem o fez

ONEGAI SHIMASU Solicitação de licença para a prática ou instrução.

OOMOTO KYO Seita neo-xintoísta fundada por Onisaburo Deguchi, mestre espiritual de Ô Sensei (lit., ensinamento da grande origem)

OSAE Aprisionar no chão, exercer pressão sobre

OSAME TO Colocar a espada ao lado

OSHI GIRI Cortando enquanto empurra a lâmina para frente

OSHI TAOSHI Empurrar para baixo

OSHI TE Mão que empurra

OSOI Devagar, lento

OSU Empurrar seu oponente

OTAMAGUCHI Uma oferenda xintoísta feita aos deuses. Símbolo de Um Único Espírito, Quatro Almas

OTODAMA Espírito do som.

OTOME WAZA Técnicas secretas do Daito Ryu Aiki Jujutsu

OTOSHI Jogar corpo no chão

OYA WAZA São as técnicas de Kihon Waza aplicadas na prática

OYA-NO-ON O dever em retribuir aos pais os favores recebidos

P

PARASABDA Som primitivo na tradição indiana (sânscrito).

POTCHI Primeira centelha de vida e consciência. O ponto do centro do círculo no símbolo de Su

Q

R

RAN Frouxo, fofo

RANDORI Exercícios livres

RASHIZA Identidade, ser exatamente o que você é

REI Saudação, cumprimento

REIGAN Visão espiritual, terceiro olho.

REIGI Etiqueta

REISO JOKA Elevar o próprio nível espiritual

REN Muitos

RENRaku WAZA Ações, técnicas encadeadas, seguidas

RENSHI Licença para Assistente de ensino

RENSHU Praticar, treinar, o treinamento. Um período particular de duração de um treinamento

REnzoku Série, repetição

REnzoku WAZA Técnica sucessiva

RIKEN As costas do punho quando fechado

RIPPO Exercício de pé

RISSHIN Mente vertical, vontade.

ROKKON SHOJO Purifi car os seis órgãos do corpo.

RONIN Um termo usado para um samurai sem mestre, literalmente homem-onda, ou seja, como as ondas do mar, a esmo e ao acaso.

RYO TE MOCHI Segurar com as duas mãos alguma coisa, ou coisas

RYO TE TORI Segurar as duas mãos do Nague

RYOBU Mandala dual.

RYU Escola de artes marciais

RYU-HA Um estilo ou seção de uma escola tradicional

S

SA Diferença

SABAKI Desviar, movimentação para desviar

SACHIMITAMA Kotodama de A, regente de Tamatsume Mussubi

SAGARU Recuar ou desistir de um ataque

SAGE TO Uma posição de prontidão segurando o bokken ao lado no nível do quadril como em umKata

SAIKA NO ITEM O ponto Um, o centro do corpo e do espírito, 5 cm abaixo do umbigo

SAINEKAN Palácio imperial de um dojo de Kendo ou Judô

SAKAERU Prosperar,

SAKARAU Opor-se ou ir de encontro.

SAKEBU Gritar.

SAKERU Atravessar

SAKKI Desejo sanguinário de matar

SAKU Florescer
SAKURA A flor da cerejeira
SAKURAZAWA YUKIKAZU George Ohsawa, criador do movimento Macrobiótico
SAMADHI Estado semelhante ao de transe além de todo dualismo
SAMURAI Guerreiro antigo japonês, palavra oriunda do verbo “samuru” (servir e proteger)
SAN Senhor, 3 em japonês
SANDAN WAZA Uma técnica em três passos
SANGEN Três origens.
SANKAKU Triângulo, triangular
SANKAKUTAI Posição triangular semelhante a uma pirâmide de base triangular
SANKYO Terceiro ensinamento. Movimento em espiral combinado com a oposição Yin-Yang
SARUTAHIKO OH KAMI Divindade pioneira da justiça e da retidão, chefe de todos os Kami terrenos.
SASAE Com as duas mãos
SASHI OMOTE Face frontal (lado longe do corpo)
SASHI URA Face reversa (lado próximo do corpo)
SASOI Indutivo
SASOKU Lado esquerdo
SASU Estocar com a espada ou enfiar a espada entre o obi e o corpo
SATORI A iluminação espiritual SATSUJINKEN Maneira de matar com uma espada.
SAYA Bainha do Katana
SAYABIKI Puxar o Saya de encontro ao Tsuka
SAYU Termo indicativo de movimentos a direita e a esquerda
SEIGAN Posição intermediária de esgrima (Chudan). Maneira correta de ver, visão correta
SEIHO Nome tradicional para Kata
SEIRI TAISO Exercício para se refrescar
SEITO Aluno
SEIZA Posição de sentar, ajoelhado sobre a sola dos pés
SEME Quebrar a postura de guarda do atacante
SEMPAI Estudante veterano
SEMPAI-KOHAI A importante relação, aluno-mestre
SEN Iniciativa antes do ataque
SEN-SEN-NO-SEN A mais perfeita atitude no Budô, a ação imediata ao ataque
SENAKA As costas
SENGU SHIKI Reconstrução do santuário de Ise a cada vinte anos.
SENSEI Mestre, professor
SENSHU Competidor, campeão
SENSHU NO KANNON Kannon de mil braços
SENTE Tomar a iniciativa.
SENTEN Antes do céu. Ana.
SEPPUKU O nome correto para Hara Kiri, cortar o abdômen em suicídio voluntário
SHAKU Um velho método de metragem japonesa
SHI Guerreiro, 4 em japonês
SHI NO ON A obrigação, o débito que o aluno sempre tem com o mestre
SHIAI Disputa
SHIATSU Massagem tonificadora dos pontos energéticos do organismo
SHIDE Papéis dobrados que ficam pendurados na Shimenawa (corda trançada) nos templos xintóicos
SHIDO Aviso, guia, condução, ensinamento

SHIDO GEIKO Instrução
SHIDOIN Instrutor
SHIHAN Mestre modelo
SHIHO NAGUE Jogar para os 4 quadrantes
SHIKAKU O ponto morto, fraco de Uke, onde Nague deve entrar; quadrado
SHIKI Estilo, cerimônia
SHIKKO Caminhar ajoelhado, o andar do samurai
SHIME WAZA Técnicas de estrangulamento
SHIMENAWA Corda retorcida ligando os dois lados do portão de entrada de um santuário xintoísta. Ela simboliza a ligação entre as consciências subjetiva e objetiva.
SHIMO Baixo
SHIMOSEKI O lado direito do tatami, de quem olha do Kamiza
SHIMOZA Lado em frente ao Kamiza
SHIMPAN Juiz
SHIN Coração, mente, espírito, centro, âmago, Deus
SHIN BU FUSATSU Bu divino, que não visa matar
SHIN NYO A semelhança da verdade.
SHIN SHIN TOITSU Unificação corpo-mente
SHIN TEN Antigo texto xintoísta
SHINAI Sabre de tiras de bambu usado no Kendo
SHINGANAE Amalgamado no metal da espada
SHINGON MIKKYO Budismo esotérico.
SHINJIN Coração verdadeiro, mente verdadeira (termo budista criado por Shinran).
SHINKAGE Esconder o espírito
SHINKEN SHOBU Uma luta real usando espadas afiadas até a morte
SHINRAN Fundador da seita budista Nichiren (1222 - 1282).
SHINTAI Avanço ou recuo, movimentos dos pés. Escrito com outro caractere pode significar “corpo”
SHINZA O lugar do altar no Dojo
SHIRERI Saber, conhecer
SHITA Para baixo
SHIZEN Natureza
SHIZEN TOTA É o ajuste natural da natureza na solução dos problemas
SHIZENHONTAI Postura fundamental e natural
SHOBU Caminho marcial da sabedoria.
SHOBU AIKI A Sabedoria da vida através da prática do Aikido
SHODEN As artes preliminares de uma escola SHODO A arte da caligrafia, o caminho de vida através da caligrafia SHOMEN TSUKI Soco na cabeça
SHOMENUCHI Batida na cabeça com o Togatana
SHOSHIN Mente de principiante
SHOTO Espada curta do samurai
SHOWA Período entre 1926 a 1989 na história japonesa
SHUGENDO Religião esotérica das montanhas
SHUGYO Treinamento severo, aprimoramento espiritual
SHUTO O Togatana
SOGO NO BUDÔ Budô que incorpora toda a essência dos demais
SOKE O chefe de um Ryu tradicional
SOKUMEN Lado

SONKYO Uma posição agachada com os calcanhares levantados e joelhos separados adotada no início ou no final de um Kata ou Shiai de Kendo
SOTAI DOSA Exercícios preparatórios executados por 2 pessoas
SOTO Exterior
SU Regente do Kotodama, Naobi, Chokurei, Deus criador do Universo
SUARI WAZA Técnicas sentados na posição ajoelhado
SUBERU Governar ou controlar, escorregar, Kotodama que cria a essência espiralítica do processo da natureza
SUBURI Exercício individual, sem parceiro
SUESEI MUSHI Ver a vida como um sonho e não perceber a realidade
SUHIJI NO KAMI Divindade que cria a habilidade de superar dificuldades, Kotodama de Yi
SUKI Uma abertura ou um ponto fraco
SUKIMA O vazio
SUMERA NO MIKOTO Nome original dado ao imperador japonês, que hoje é chamado Tenno
SUMI Canto
SUMÔ Luta japonesa onde o peso e a força é importante
SUN TZU Autor chinês do clássico A Arte da Guerra
SUNAO Aquele que conhece Makoto (lit., harmonizar-se com o Kotodama de Su)
SURIAGE WAZA Uma técnica de desviar a espada do oponente usando o Shinogi de sua própria espada com um movimento deslizante para cima, lançando seu próprio corte na sequência, tirando vantagem do desequilíbrio
SUTEMI WAZA Técnicas de sacrifício onde Nague lança-se ao chão para projetar a Uke
SUWA Sentar-se embaixo
SUZANO O NO MIKOTO Irmão de Amaterasu Oh Mi Kami, divindade da ciência, da materialização e do Budô. O seu dever é trazer a luz do espírito de volta para o mundo (ama no iwato biraki)
SUZUKI, DAISETSU Erudito japonês intérprete do Zen para o Ocidente

I

TACHI Espada longa presa ao quadril por um cordão e com o fio da lâmina para baixo
TADA IMA A ideia do "Aqui e Agora", a importância do momento presente
TAI Corpo. Com outro carácter pode ser grande (Dai)
TAI ATARI Contato corporal total.
TAI CHI Símbolo taoísta da unidade entre o Yin e o Yang
TAI JUTSU Artes, técnicas para serem aplicadas sem armas nas mãos dos lutadores
TAI SABAKI Movimentação do corpo
TAIJU Peso do corpo
TAIKAI Um encontro ou torneio com numerosos artistas marciais
TAIKO Procedimento para retirar-se corretamente da área de treinamento
TAIKYOKU Infinitude, o Absoluto, limite supremo
TAISHO Período de 1912 a 1925 na história do Japão
TAITO Espada mantida na altura do quadril
TAITO SHISEI De pé com a espada no obi
TAIZO O mundo inferior
TAIZO-BUTSU Ver Tamatsume Mussubi
TAKAMA HARA O espírito do Universo
TAKAMI MUSSUBI NO KAMI Divindade da consciência subjetiva
TAKE Bambu, também guerreiro. Bu é escrito com a mesma letra em Kanji

AIKIDO - GLOSSÁRIO

TAKEDA, SOKAKU Criador do Jujutsu Daito Ryu

TAKEMUSSU AIKI Estágio elevado do Aikido onde através do conflito faz-se nascer a energia que levará a harmonização; energia construtiva, criada a partir do conflito. Takemussu Aikido, a última idéia técnica de Ô Sensei

TAKEMUSSUBI Energia criativa do Universo

TAKUAN ZENJI Mestre Zen do século XVI, mentor espiritual do espadachim Miyamoto Musashi

TAMA Pedras preciosas, espírito

TAMAHAGANE Aço especial para forjar a espada japonesa

TAMASHII Espírito e alma humanos

TAMATSUME MUSSUBI Um Único Espírito, Quatro Almas e Oito Poderes funcionando juntos,

TAMBO / HANBO Bastão curto de mais ou menos 5 cm de comprimento

TAMESHIGIRI Teste de corte de uma espada

TANDEN Hara, lugar de combustão ou centro de energia

TANDEN NO ICHI Ponto Único, centro do Hara físico

TANDOKU DOSA Exercícios preparatórios realizados individualmente

TANINSU GAKARI Múltiplo ataque

TANREN O mesmo que Renshu

TANTO Faca

TANTO TORI Defesas contra ataques de faca

TAO Kannagara, Michi

TAO TE KING Obra taoísta de cinco mil pictogramas atribuída a Lao-Tzu, Livro do Caminho

TARIKI A ajuda de outra pessoa para resolver um problema ficando-se em "On"

TARIRU Suficiente, bastante.

TARU MUSSUBI Kotodama de E e O, símbolo da água e do círculo, essência do mundo vegetal

TATAMI Placas de piso feitas normalmente de palha de arroz trançadas, usadas para cobrir o chão das casas japonesas. Exemplo: o primeiro Dojo da Kodokan inaugurado em 1882 tinha uma sala com 12 tatami, numa área de 12 x 18 metros. Esta era uma forma de medir um quarto ou casa naqueles tempos. Atualmente a Kodokan possui mais de 1.000 tatami

TATCHI Posição do corpo em pé, ritsu

TATE Expressão: "levantar-se"

TATSU Levantar-se, estar em pé

TATSU JIN Um mestre do Budô (lit., aquele que está em pé)

TCHIKA MA Distância de combate bem perto

TE Mão

TE WAZA Técnicas onde se usa a mão

TEGATANA A lâmina da mão

TEI Padrão fixo

TEI O GAKU A sabedoria do Imperador

TEIKOKU Imperial

TEISHO Base da palma da mão

TEISOKU A planta do pé

TEITO SHISEI Posição formal de pé

TEKO Forma correta de puxar e empurrar com a mão

TEKUBI O pulso

TEKUBI KANSETSU JUNAN HO Exercício para desenvolver a flexibilidade do pulso

TEMOTO Pegada

TEN Um ponto, o céu

TENBO JUTSU Arte marcial exótica, como um leque de aço

AIKIDO - GLOSSÁRIO

TENKAI AHI Girar o corpo sem dar passos
TENKAN Girar o corpo
TESSEN Leque (de abanar)
TO Termo genérico para espada; grande; transparência, incrível velocidade, penetrar na luz
TOBI Saltar
TODE A “Mão da China”, o Kempo
TOH Kiai defensivo usado em Kata
TOKUGAWA Nome da família do xogum que dirigiu o Japão de 1603 a 1869
TOKUI Técnica favorita
TOMA Distância entre lutadores mais distante, mais de um passo
TOMOE Arco, círculo
TOMOE NAGUE Jogar pelo estômago
TOREI Reverência formal com a espada
TORI Golpe de agarrar
TORII O portão pelo qual se passa para entrar em um santuário xintoísta
TORU Remover ou tirar.
TOYOKE NO OH MI KAMI Deus da Terra
TSU Kotodama de investir fortemente em direção à materialização
TSUBA Protetor do punho da espada, normalmente uma coroa de círculo
TSUBO Ponto de abertura, no Shiatsu, onde é feita a pressão
TSUCHI NO KI Oriundo da terra, do solo
TSUGUI ASHI Avançar com o pé da frente, deslizando o de trás
TSUI Martelo
TSUKA Cabo do sabre ou do Shinai
TSUKASATORU Como verbo, cuidar de.
TSUKI Investida, arremetida, soco direto
TSUKI YOMI NO KAMI Irmão de Amaterasu Oh Mi Kami, deus da filosofia e da religião
TSUKURI Construir uma postura para ficar mais poderoso Ex.: fazer Tenkan
TSUMI Acumulação, violação
TSUNUGUI NO KAMI Kotodama de Ki, cria a forma
TSURI Puxar, levantar
TSURUGUI Espada japonesa. Como verbo, ligar, manter coesa a energia espiritual
TSUYOI Forte, poderoso

U

UBUSUNA Divindade xintoísta do nascimento e da produção
UCHI Batida; entrar pelo lado de dentro
UCHI KOMI Empurrar para dentro, entrar, entrar com um passo
UCHI MAQUE Tocar com a arma
UCHI WA FUKU, ONI WA SOTO Canção popular: Fora com o Gnomo e que venha a felicidade
UCHIDESHI Aluno que se interna em um Dojo para treinar e servir o mestre
UCHIKO Produto para limpar a espada
UCHIOTOSHI WAZA Técnica de atacar a espada do oponente dirigindo-a para baixo e tirar vantagem da posição desequilibrada do atacante
UCHITACHI A espada que ataca, o atacante
UCHIWAZA Técnicas de ataque
UCHU O universo.

AIKIDO - GLOSSÁRIO

UDE O braço
UDE FURI Vibração do braço
UDE HIJIKI Prensar o braço, travar o braço
UDE NOBASHI Chave de braço
UE Em cima de
UHIJINI NO KAMI Divindade da oposição e da contradição. Kotodama de Ti
UJI BASHI Ponte de comando de onde a lei universal governa.
UKE Aquele que defende, a defesa, o bloqueio, o que recebe a técnica caindo
UKE NAGASU Técnica de receber o ataque da espada desviando-a para baixo com o próprio Shi-nogi de sua espada e então atacar
UKEMI Cair, defender com o corpo
UKEMI SAN NEN Demora 3 anos para se aprender Ukemi
UKENAGASHI Desviar um ataque
UKERU Bloquear ou defender com a espada
UKETACHI Pessoa que recebe o ataque da espada
UKI Aquele que flutua, ou sobe e desce
UMASANKAKU A postura do Aikido, triangular, idem Hito-e-Mi
UMU Dar à luz
UNDO Exercício, prática
URA Virar, atrás, negativo, Yin
UTSU Acertar um objeto com um ataque
UTSURI Mudar, deslocar
UTSUSHIYO O mundo manifesto (refletido)
UWATE Kendoísta habilidoso
UZU Espiral, vem de U-Su, o Kotodama do espírito orientador

W

WA
Consonância, harmonia, sinônimo de Ai
WABI
Expressa a pobreza e a simplicidade realizando coisas grandiosas
WAKARE
Expressão de competição que significa: “separem-se”
WAKARU
Estar dividido, cortar em dois
WAKASENSEI
Mestre jovem, normalmente filho de um Doshu, que assumirá no futuro
WAKI
A axila
WAKI NO KAMAE
Postura do Jo ou do Ken onde o mesmo é colocado para trás e para baixo
WAKIZASHI
O sabre mais curto do samurai
WAN / ZEMPAKU
O antebraço
WARA
Palha

AIKIDO - GLOSSÁRIO

WARE

Eu mesmo

WATSUKI

Soco circular

WAZA

Técnica

WAZARI

Expressão de competição que significa meio ponto

WU WEI

Palavra chinesa que significa o não-agir, o deixar acontecer naturalmente

X

XINTOÍSMO

O caminho dos deuses. Religião autóctone nacional e antigo governo do Japão

Y

YABURI Desafio

YAGYU MUNENORI Chefe da escola Yagyu Shinkage de esgrima

YAGYU SHINKAGE RYU Estilo de esgrima transmitido na família Yagyu. Teve forte influência na formação de Ô Sensei

YAKIBA Linha temperada da espada

YAMA A montanha

YAMA BUSHI Terríveis guerreiros que viviam nas montanhas

YAMAKAGE Seita Sanin do xintoísmo.

YAMATO Espírito de luta e de honra do povo japonês

YAME Parar, suspender uma ação

YANG O positivo, o ativo, o contractivo

YARI A lança

YASUME Parar uma prática com o objetivo de descansar

YATA Impulsionar para fora 8 direções, retornar diretamente à infinidade. Ver Kagami (espelho de Yata)

YAWARA Um bastão curto, Hanbo. Também pode ser outro nome dado ao jiu-jitsu no passado

YIN Negativo, o passivo, o expansivo

YIN NO TACHI O defensor, que luta com a espada

YIN-YANG Lei Universal, polaridade

YOI Expressão de competição: "preparem-se"

YOKO De lado

YOKO UKEMI Cair de lado

YOKOMENUCHI Batida na cabeça de lado

YON Quatro, o quarto em japonês

YON NO TACHI O atacante com espada, o que avança

YONKYO Quarto ensinamento

YOROI Armadura em estilo antigo dos samurai

YORU Aproximar-se de um oponente

YOSHIN Cultivo do espírito

YU Água quente (lu), falar, coragem

YUBI Dedo

YUDANSHA

Portador de faixa preta (Yudanshakai é uma reunião, associação de faixas pretas)

YUMI

O arco

Z

ZA HO

Maneira, exercícios de sentar-se

ZAIBATSU

A alta burguesia, os grandes industriais

ZANSHIN

Executar uma técnica mantendo-se o espírito de alerta durante todo o tempo; manter a energia em continuidade sem intervalos

ZAZEN

Prática do Zen sentando-se

ZEMPO

À frente

ZEN

Disciplina de meditação budista, seita budista

ZENGO

Movimento para a frente e para trás

ZENSHI

Mestre superior do Zen

ZORI

Sandálias
