

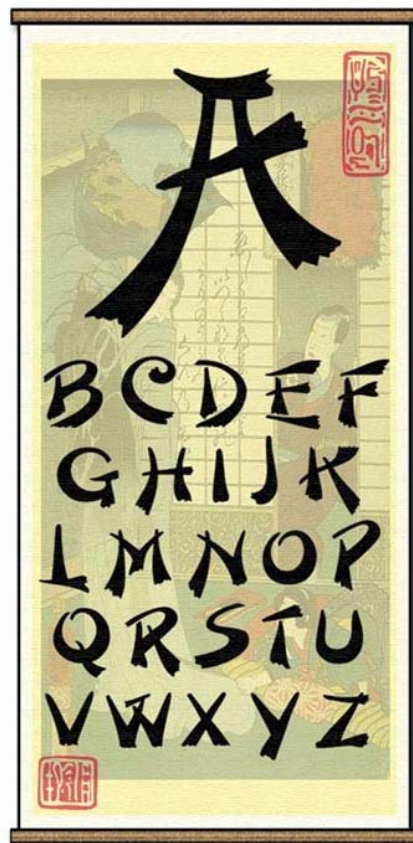


Aikibujutsu no jisho

Aikibujutsu lexicon

door

Cees Freke



Aikibujutsu no jisha

Aikibujutsu lexicon

door

Cees Freke



Copyright © 2004 Cees Freke, Leiden, Nederland.

Alle rechten voorbehouden.

Uit deze uitgave mag niets worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijver en/of uitgever.

Curriculum sensei Cees Freke.

Geboren 09 juli 1941 te Katwijk a/d Rijn in Nederland. Cees Freke is rijksgediplomeerd docent martial arts A (F.O.G.), 5^e dan aikijutsu, 4^e dan aikido, 3^e dan police selfdefence, 2^e dan aikibudo, 1^e dan jujutsu en instructeur kyusho jutsu. Cees Freke studeerde aikibudo en aikijutsu bij shihan Cees de Jongh en aikijujutsu bij shihan Jan Janssens in België. Ook volgde hij stages aikibudo bij Alain Floquet en M. Harmant in Frankrijk; en stages aikido bij meerdere bekende Japanse aikido sensei.

Daarnaast beoefende Cees Freke het koryu wapenvechtsysteem Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu. Zijn leraren daarbij waren Erik Louw, 5^e dan Aikikai aikido en 7^e dan en menkyo okuden Katori Shinto Ryu, in Amsterdam en Jan Janssens, 1^e dan Katori Shinto Ryu, in België. Tevens volgde hij stages bij sensei Goro Hatakeyama, menkyo kaiden Katori Shinto Ryu en hoofdleraar in de dojo van wijlen Yoshio Sugino in Japan.

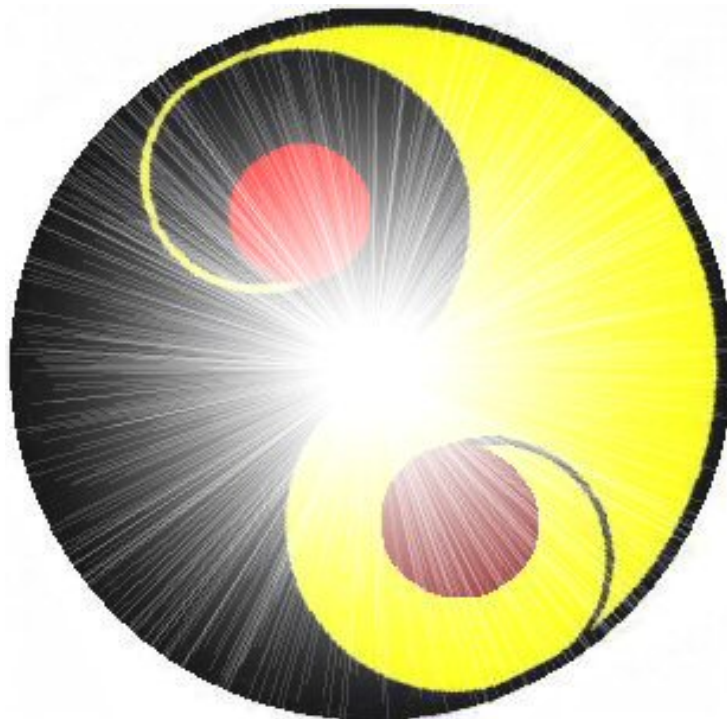


Cees Freke (geb. 1941)

Ook volgde Cees Freke stages kyusho jutsu (drukpunten jutsu) bij de bekende Engelse 7^e dan karate P.M.V. (Vince) Morris en de Australier Patrick McCarthy 7^e dan karate. Verder volgde Cees Freke lessen jujutsu en judo.

Tenslotte volgde Cees Freke cursussen shiatsu therapie en beoefent hij 'reiki' volgens de 'Usui' methode 1^e niveau.

Index.	Pagina.
Inhoud.	04.
Voorwoord.	05.
Hoe de lexicon te gebruiken.	06.
Lexicon betreffende de aiki bujutsu.	07.
Terminologie betreffende de wapen krijgstechnieken.	54.
Buki (wapens).	67.
• Wapens alsmede wapenuitrustingen, delen en toebehoren van wapens en de in de wapenhandel gebezigde terminologie.	
Lichaamsbenamingen & de vitale punten van het menselijk lichaam.	83.
Woordenlijst betreffende de etiquette (reigi no jutsugo).	91.
Cijfers (kazu).	94.
Uitdrukkingen & begrippen.	95.
Aiki bujutsu stijlen.	117.



Voorwoord.

Het voor u liggende werk betreft een vertaling van Japanse naar Nederlandse uitdrukkingen, woorden en begrippen betreffende de aiki bujutsu. Daarnaast zijn op beperkte schaal ook uitdrukkingen uit andere krijgskunsten opgenomen, zoals: judo, wapensystemen (ken jutsu, iai jutsu) en karate. Dit vooral omdat de aiki bujutsu krijgskunsten raakvlakken heeft met deze martial arts vormen.

De geschreven Japanse taal maakt gebruik van 'kanji' en 'kana'. Kanji zijn de uit de Chinese taal overgenomen ideogrammen (karaktertekens); en kana zijn uit het kanji ontwikkelde klank- of lettergreepschriften (z.g. hulpschriften): 'hiragana' en 'katakana'. Er zijn echter niet veel mensen buiten Japan die het lezen van (Japanse) kanji en kana beheersen. Daarom is voor wat betreft de Japanse woorden, gebruik gemaakt van de Rōmaji schrijfwijze. Rōmaji is een weergave van de Japanse taal in westerse (geromaniseerde = Romeinse) letters. Feitelijk zijn rōmaji fonogrammen. Dit zijn: fonetische- of klanktekens.

Voorbeeld:

De bovenste twee karaktertekens verbeelden het begrip 'kanji'.
Daaronder staat hetzelfde begrip, maar dan in hiragana.
De onderste regel is de rōmaji vertaling van het begrip.

漢	字
かん	じ
Kan	- ji

Voor een beter begrip van de Japanse Taal wordt aanbevolen tevens het werk 'Nihongo' van Cees Freke te lezen.

Voor wat betreft de inhoud van dit werk is gestreefd naar volledigheid, doch de schrijver is zich ten volle bewust dat dit ideaal nagenoeg onhaalbaar is.



Hoe de lexicon te gebruiken.

Voor een overzichtelijk geheel zijn de benamingen, uitdrukkingen en begrippen uitgesplitst naar aard en krijgskunst. Dat betekent dus dat de tai jutsu en wapen krijgskunst technieken een eigen hoofdstuk hebben gekregen.

Als gevolg daarvan leek het ook logisch om de benamingen van wapens en onderdelen daarvan een eigen hoofdstuk te geven. Om de uitsplitsing compleet te maken zijn ook de benamingen van het lichaam en de beleefdheidsbenamingen in eigen hoofdstukken geplaatst.

Voor de leesbaarheid zijn ook de uitdrukkingen en begrippen, alsmede de diverse stijlen in eigen hoofdstukken geplaatst.

Indien een woord of uitdrukking niet voorkomt in het ene hoofdstuk, is het wenselijk ook de andere hoofdstukken door te nemen op hetgeen men zoekt. Omdat het Japans, anders dan de Romaanse talen, een begrippen taal is (ideogrammen), kan het zijn dat men door combinatie van woorden toch de uitdrukking vindt die men zoekt.

Bij het hoofdstuk 'uitdrukkingen & begrippen' komen veel gegevens voor uit de cultuur, filosofieën en religies van Japan en China. In dit verband wordt aanbevolen ook het werk 'Oosterse religies' van Cees Freke te lezen.



Lexicon betreffende de Aiki bujutsu.

Benamingen en begrippen van technieken, of in voorkomende gevallen omschrijvingen daarvan. Het betreft in het bijzonder de benamingen en uitdrukkingen uit de aiki bujutsu.

A

Agari	Betekent: opwaarts.
Agatsu	Zelfoverwinning, zich zelf overwinnen.
Age	Opwaarts, stijgend, omhoog(tillen). Komt van 'ageru'.
Age empi uchi	Betekent: opwaartse elleboog stoot.
Age kote	De linkerhand als deze zich boven schouderhoogte bevindt.
Age oroshi	Betekent: iets op en neer bewegen, of iets verhogen of verlagen.
Age tsuki	Opwaartse stoot.
Age uke	Wering naar boven.
Age uchi	Opwaartse slag. Z.g 'uppercut'.
Ago oshi	Betekent: een opwaartse stoot naar de kin van de tegenstander, teneinde de balans te verstoren en/of de aanvalslijn te wijzigen.
Agura	Ontspannen zit (kleermakerszit).
Ai	Samenkomen in harmonie.
Ai hanmi	Positie waarbij de partners gelijkzijdig staan ten opzichte van elkaar. Beide hebben dezelfde voet voor staan: rechts - rechts of links - links.
Ai hanmi katate dori	Gelijkzijdige pakking. Dus rechterhand uke pakt de rechterpols van tori. Zie ook 'dosokute dori'.
Aiki	De werking van het in harmonie zijn met ki. Spirituele ontmoeting als twee individuen samenkomen. In martial arts termen betekent dit dat de energie van een aanval wordt ontvangen en omgeleid i.p.v die te weerstaan.
Aiki bujutsu	Krijgskunsten- technieken met toepassing van aiki principes.
Aiki deshi	Aikibujutsu leerling.
Aikidoka	Beoefenaar van aikido.
Aiki in yo ho	De 'aiki' leer van yin en yang (de leer van harmonie van yin en yang). Een vroege naam voor de daito ryu jujutsu technieken. Door de geleerde Takeda Takumi no kami Soemon (1758 - 1853) onderwezen aan de daimyo van de Aizu Han.
Aikijujutsuka	Beoefenaar van aikijujutsu.
Aiki nage	Ademkracht worp, in de daito ryu spreekt men van aiki nage, ipv kokyū nage.
Aiki no jutsu	Tweede niveau van technieken in het daito ryu aiki jujutsu. In de vooroorlogse periode bezigde Morihei Ueshiba de term ook om aiki technieken mee aan te duiden.
Aiki no sen	Betekent het initiatief van harmonieuze energie. De bedoeling is om strategisch voordeel te trekken uit de houding van een tegenstander.
Aikite	Betekent: harmonische hand.

Aiki otoshi	Aiki worp. Spirituele ontmoetings worp. Achterwaartse uittil-worp.
Aiki taiso	Educatieve oefeningen. Oefeningen die zijn ontleend aan de technieken van aikido.
Aite	Partner(s). In de aiki krijgskunsten benaderen we de ander niet als tegenstander, maar als partner (aite). Je aite is er om te helpen je techniek te verbeteren en niet om als tegenstander verslagen te worden.
Aite juji ukemi	Betekent: gezamenlijke gekruiste val. Ook vertaalt als: partner figuur tien armklem val.
Ai tsuki	Tegelijkertijd toesteken door beide opponenten.
Aka	Rood.
Aka obi	Rode band.
Akushu	Betekent: de hand schudden.
Amma	Betekent: massage, of iemand die een massage geeft.
Anado	Betekent: twee kanten.
Anatoshi	Betekent: in de val lopen.
Ani deshi	Betekent: oudere broeder (mede) student. Een persoon die senior is in de wederzijdse relatie.
Anime	Betekent: veel energie.
Ankoku toshin jutsu	Betekent: techniek(en) om in het donker te zien.
Antei	Betekent: stabiliteit of evenwicht.
Anza	Een informele manier van zitten, waarbij de voeten zijn gekruist en het lichaam rust op de het achterwerk.
Aori obi	Blauwe band.
Arashi	Storm. Een Kodokan judo worp is genaamd: yama arashi, hetwelk betekent 'berg storm'.
Aruki	Betekent: lopen. Ziet op een manier van lopen die uitmondt in een gecontroleerde val. Dit is een vlugge en efficiënte wijze van voortbewegen.
Aruki kata	Het kata van het lopen.
Asade dake	Betekent: het is slechts een vleeswond.
Asa geiko	Betekent: ochtend training. Ook bedoeld om een zomerkamptraining aan te duiden, in het heetste gedeelte van de zomer.
Asawati	Betekent: zitten op de knieën.
Asawati josketi	Betekent: gemakkelijk zitten op de knieën.
Ashi	Betekent: lopen.
Ashi barai (of: Harai)	Beenveeg. Een techniek waarbij de partner wordt geworpen door het standbeen weg te vegen.
Ashi bumi	Positie van voeten en lichaam ten opzichte van het doel.
Ashi dome	Betekent: controleer de voetbewegingen van de tegenstander met de eigen voet(en) of beenstand.
Ashi garami	Een been om een been van de tegenstander heen slaan.
Ashi garuma	Betekent: voet wiel. Judo worp.
Ashi gata	Betekent: de stand of positie van de voet.
Ashi gatame	Betekent: been klem. Een algemene uitdrukking voor elk type van immobilisatie of dislocatie van elk deel van het been.
Ashi hishigi	Betekent: voet verbrijzelen. Een gewrichtklem techniek.

Ashi kubi hishigi	Betekent: enkel verbrijzelen. Een gewrichtklem techniek.
Ashi sabaki	Voetenwerk, bewegingen met de voet.
Ashi waza	Beenworp technieken.
Asoko	Daar.
Atama tsuki	Kopstoot (ook: tsu tsuki).
Ate	Slaan.
Atemi	Letterlijk: 'stoot het lichaam'. Slaan of stoten op de vitale punten van het lichaam.
Ate waza	Slag- of stoot technieken.
Atemi waza	Slag- en stoot technieken.
Ato	Beweeg naar achteren, naderhand.
Atode	(Er)na.
Ato no sen	Een verdedigende actie op het moment van de aanval. Het overnemen van het initiatief door Tori op het moment van aanval van Uke.
Atsu	Drukken.
Au	Ontmoeten, samenkomen.
Awase	Elkaar ontmoeten. In elkaar opgaan.
Awasete	Opgeteld.
Awase tsuki	Een 'u' stoot. Een stoot met twee vuisten. Ook bekend als: morote tsuki.
Awase uke	Een open hand zijwaartse blok.
Awase waza	Betekent: combinatie technieken.
Ayumi	Normaal, natuurlijk.
Ayumi ashi	Wisselstap, normale loop. De ene voet volgt de andere Gewicht gelijkelijk verdeeld over het lichaam.

B

Ban	Betekent: nummer.
Bara	Vegen.
Barai (of: Harai)	Wegvegen, wegmaaïen.
Barai te	Een veeg techniek met de arm.
Barraki	Betekent: bevorderen.
Basami (of: Hasami)	Schaar.
Basami tsuki	Betekent: schaar stoot.
Basami uke	Betekent: schaar blok.
Benkyo	Studeren.
Benkyokai	Betekent: studie gezelschap. Dit zijn training sessies voor martial arts studenten van verschillend niveau.
Bobu	Betekent: oorlog of strijd.
Bogyo (of: Bogyosuru)	Verdediging.
Boke	Betekent: een langzame leerling.
Bokuba	Houten hoge Japanse klompen.
Bonno	Betekent: verlies van concentratie, of een toestand van verwarring. Dit wordt ook 'suki' genoemd.
Buai geiko randori	Betekent: krijger ontmoeting oefening vrije vorm. In de context wordt ermee bedoeld, een zeer harde randori. Het ligt meer in de lijn van een zeer rigoureuze budo training.

Bubishi	Een Okinawaanse handleiding welke in gebruik is bij een aantal karate stijlen. In het Chinees bekend als: de Wubeizhi. Het bevat informatie over belangrijke onderwerpen als: vitale punten, tekeningen en geneeskunst. Ook bevat het informatie over de 'Fujian' witte kraanvogelstijl (Fuken-sho hakutsuruken) en 'Luohan quan' (Rakanken), stijlen die ontstonden in het Chinese Fuzhou gebied.
Budoka	De beoefenaar van budo.
Budo renshu	Eerste van de twee boeken die geschreven zijn door O-sensei Morihei Ueshiba. Het tweede boek is genaamd 'budo'.
Boshi ken	De top van de duim, gebruikt om te stoten.
Boshin	Betekent: zowel lijken als observeren. Één van de methoden om een diagnose te stellen in de Japanse traditionele geneeskunst.
Bugei	Krijgskunsten.
Bugeisha	Krijgsman, meester van de krijgskunsten.
Buji	Betekent: leven in harmonie en veiligheid.
Bujin	Militair, soldaat. Het ziet op de lagere samurai klasse tijdens het feodale tijdperk van Japan. Betekent ook de spirit van de krijger.
Bujutsu	Krijgkunst-technieken
Bu jutsuka (of: Bugeisha)	Betekent: iemand die de krijgskunsten beoefent.
Bujutsu ryu ha	Martiale tradities, scholen, stijlen.
Buke	Militaire klasse, de samurai.
Bunkai	De studie van de praktische toepassing van technieken in kata. Analyse van technieken.
Bunkatsu	Betekent: een omtrek, een schets, in hoofdlijnen aangeven.
Bu no shinjin	Waarachtig krijgshaftig mens.
Bun shin	Betekent: luisteren en ruiken. Één van de methoden om een diagnose te stellen in de Japanse traditionele geneeskunst.
Busan	Betekent: creativiteit in de krijgskunsten.
Bushi damashi	Betekent: onoverwinnelijke spirit van de krijger.
Bushi kaikyū	Betekent: de sociale kaste van de krijger(s).
Bushi no nasake	Betekent: de edelmoedigheid van de krijger. Het was een deugd die werd gecultiveerd in de samurai kaste.
Bushi no te	Betekent: de hand van de krijger.
Busho	Betekent: lui.
Butoku	Betekent: krijgskundige deugd / verdienste.
Buyu	Betekent: martiale vrienden.
Byo	Betekent: (1) Ziekte, (2) kwaal, (3) Soldaat.
Byoki	Ziekte. Er slecht aan toe zijn. Een slechte ki hebben.

C

Chadai	Betaling voor het gebruik van de mat bij bezoek aan een vreemde dojo. Normaal wordt dit discreet betaald aan een senior student voor de klas begint.
Chidori ashi	Kruisende stap. Er zijn twee vormen. Mae chidori ashi. Betekent: de kruisende stap vóór de voorstaande voet. Ura

	chidori ashi. Betekent: kruisende stap achter de achterstaande voet.
Chigae	Kruis.
Chigaimasu	Betekent: verschillend, anders. Meestal gebruikt in de context van: 'dat is anders, niet de manier waarop het is gedemonstreerd'.
Chigau	Anders.
Chi isai	Klein.
Chikai	Betekent: bijna of nagenoeg.
Chikaku	Vlakbij.
Chikara	(Spier)kracht (zie ook 'ryoku').
Chikara no dashikata	Verlengen van de kracht. Budo principe waarbij de kracht van de tegenstander wordt verlengd en vervolgens tegen hem wordt gebruikt.
Chinkuchi	Betekent: het lichaam forceert de lucht uit de longen, voor een korte spurt, zoals in een snel gevechts plaats vindt.
Chin na	Chinese uitdrukking (Qin na) die duidt op klemmen en grepen om een tegenstander onder controle te krijgen (klemmen = chin / controle = na). Nagenoeg alle krijgskunsten kennen chin na technieken.
Chi no kokyu	Betekent: hemelse adem.
Chisai	Betekent: klein.
Chokkaku	Rechte hoeken.
Chokko	Betekent: de blik naar voren gericht, of recht vooruit.
Choku	Van voren, direct. Met de kracht van het lichaam.
Chokuritsu	Betekent: rechtop, staand.
Chokuritsu fudo dachi	Betekent: een rechtopstaande attente houding.
Chokusen	Een rechte lijn.
Chokusen no irimi	De irimi techniek waarbij tori (nage) zodanig ingaat 'in' de aanval van uke dat hij/zij direct uitkomt achter uke. Men beweegt welhaast 'heen' door de partner.
Choku totsui	Directe stoot (choku tsuki / oi tsuki).
Choku tsuki	Directe stoot.
Cho shin	Betekent: flexibele geest.
Chosoku	'Haal diep adem'.
Cho suko	Betekent: flexibel lichaam.
Ch'uan fa (Chinees)	Bokstechnieken van Chinese oorsprong.
Chu	Midden, centrum, middenlijn.
Chudan	Middenzone. Deel van het lichaam tussen onderbuik en nek.
Chudan gaeshi	Draai op middelhoogte (zie ook 'gaeshi'). Kan ook een draai met de jo betekenen.
Chudan no kamae	'Midden houding'. Positie waarbij de handen in de kamae houding op midden hoogte worden gehouden.
Chudan shuto uchi	Betekent: middenzone meshand slag.
Chudan shuto uke	Betekent: middenzone meshand blok.
Chudan soto uke	Betekent: middenzone buitenwaartse blok.
Chudan tsuki	Directe stoot ter hoogte van de borst.
Chudan uchi uke	Betekent: middenzone binnenwaartse blok.
Chudan uke	Betekent: middenzone blok.

Chuden	Betekent: midden geschrift. Bedoeld wordt het middenniveau onderwijs in een traditie.
Chugari	Betekent: rollen. Er wordt een voorwaartse salto mee bedoeld.
Chugoshi	Een geknielde houding met één been met de voet op de grond en de andere geknield.
Chui	Betekent: aandacht als een waarschuwing over iets verkeerd.
Chusen	Betekent: de middenlijn. In de krijgskunsten de lijn die over het centrum van het lichaam loopt, van de neus naar het kruis.
Chushin	Middelpunt, spil, as.
Chushin dori	Betekent: het centrum pakken. Er wordt bedoeld controle te verkrijgen over de centrumlijn van de tegenstander zonder de controle over de eigen centrumlijn te verliezen.

D

Dachi (of: Tachi)	Stand. Lang (ceremonieel) zwaard. Slagzwaard.
Dachi (of: Tachi) waza	Staande technieken.
Dai	Groot.
Daidaiiro obi	Oranje band.
Dai kyo soku kei	Een uitdrukking die betekent: groot, sterk, snel, vloeiend.
Daisharin	Radslag. Wordt vooral toegepast in krijgskunsten als: karate, Shorinji kempo en Taido.
Dai teiji	Betekent: groot kenmerk in de vorm van een hand. Een aikibujutsu houding, gelijk aan: 'hanmi dachi', alleen een klein beetje breder.
Damashii	Betekent: krijgskunst geestkracht.
Dame	Verkeerd, slecht, niet correct.
Dan	Zone, trede. Ook wel meestergraad. Een 'dan' geeft men aan hen die als 'ingewijd' worden beschouwd (in de zin van hij die weet) in één van de budo disciplines. Iemand die een dan-graad behaald, heeft een trede gezet op de weg (do).
Danryoku	Betekent: veerkrachtig, elastisch, of flexibiliteit.
Daoshi (of: Taoshi)	Neerdrukken. Vallen. Dwingen om te vallen.
De (of: Te)	Hand. Ook de expressie 'te' wordt gebruikt, vooral in karate.
De ashi barai	Betekent: voorwaartse voetveeg. Judo worp.
De geiko	Gevorderde training. Bedoeld wordt het rondtrekken van dojo naar dojo om te trainen in andere stijlen en scholen.
Den	Zijn de leringen en tradities van een stijl. Zien niet specifiek op een bepaalde school of stijl.
Densho	Schriftelijk overgeleverde tradities.
Dento	Betekent: traditie.
Dentoteki	Betekent: traditioneel.
Deshi	Student, leerling.
Do	Romp van het lichaam.
Dogi (of: Dogu)	Oefenkleding.
Doji	Gelijktijdig, synchroon, simultaan.

Do jime	Betekent: lichaam omstrengeling. Met inbegrip van kneuzing van de torso met de benen. Een oude jujutsu techniek.
Dojo	Letterlijk: 'plaats van het ontwaken'. Oefenhal, school of plaats waar in de krijgskunsten wordt geoefend. Do betekent 'weg' en jo 'plaats'. De dojo is dus de plaats waar de 'Weg' wordt bestudeerd. Oorspronkelijk betekende dojo 'Tempel'.
Dojo arashi	Dojo bestormen. Het gebruik iedereen in een andere school uit te dagen, met het idee dat de verliezers leerling worden van de winnende school.
Dojo cho	Hoofd van een dojo. Het huidige hoofd van de Aikikai Hombu dojo in Tokio is Doshu Moriteru Ueshiba, kleinzoon van Morihei Ueshiba.
Dojo kun	De stelregels van een school. Variëren van school tot school en/of van stijl tot stijl.
Dokushu	Betekent: alleenstudie.
Dokuso geiko	Betekent: oefenen in je eentje.
Dome	Wering. Een stoppende actie. Blokkeren.
Do no tanden	Betekent: middenzone (lichaams) training.
Dori (of: Tori)	Pakken.
Dosa	Oefening.
Doshin	Een serie van bewegingen die wordt uitgevoerd op 'uke' (ontvanger) teneinde een correcte positie van het lichaam te oefenen.
Doshu	'Meester van de Weg'. De naam is voorbehouden aan de leider van een school of stijl. In aikido was O-sensei Morihei Ueshiba de eerste doshu. De derde en huidige leider is Moriteru Ueshiba.
Dosokute	Voor de borst langs. Zelfde zijde.
Dosokute dori	Letterlijk: grijp met de intredende hand. Grijp gekruist de pols. Gelijkszijdige pakking. Dus uke pakt met de rechterhand de rechterpols van tori (nage).

E

Ee	'Ja'.
Eguru	De loef afsteken, bedrog.
Eiki kujiki	Betekent: de geestkracht van de tegenstander breken.
Eimeiroku	Register van inschrijvingen van studenten. Ook bevat het register gegevens zoals data en plaats van de trainingen (zie ook 'shareiroku').
Eki tai no keiko	Vloeiend oefenen.
Embu	Demonstratie van martiale spirit, soms wordt ook bedoeld een training van twee personen.
Embugi	Betekent: demonstratie uniform. Speciaal uniform dat alleen wordt gedragen bij demonstraties.
Embusen	De lijn van actie of beweging. In de context van het vloer patroon van een bepaald kata.
Empi	Een stoot met de elleboog.
Empi uchi (of: Hiji ate)	Elleboogstoot of -slag.
Empi uke	Betekent: elleboog blok.

Empi waza	Betekent: elleboog technieken. Technieken waarbij het elleboog gebied van de arm het voornaamste deel is van de techniek.
En	(1) Cirkel, (2) relatie, familie, (3) boerderij, tuinderij, tuin.
En geiko	Oefening waarbij de student zich verdedigd tegen een cirkel van tegenstanders.
En no irimi	De irimi techniek waarbij men circulair inkomt bij de partner.
Enryo	Betekent: stoutmoedigheid, onbevreesdheid. Het impliceert een zekere verachting voor de dood.
Enshin ryoku	Betekent: de centrifugale kracht die wordt gegenereerd door een techniek.
Enshu	Betekent: oefening of exercitie.
Enten jizui	Betekent: vrij bewegen en draaien.
Enten mukyu	Eeuwig bewegende cirkel.
Eri	Kraag, revers.
Eri dori	Aanval waarbij de kraag of revers wordt vastgepakt.
Eri dori shomen uchi	Vastpakken van de kraag of revers, terwijl met de andere hand een rechte slag op het hoofd wordt gegeven.

F

Fu	Wind.
Fu antei	Betekent: instabiliteit.
Fudo	Onbeweeglijk, onveranderlijk.
Fudo ken	Betekent: een gesloten (gebalde) vuist.
Fudo dachi (of:Tachi)	Met de heupen weggedraaide verdedigende zenkutsu dachi (tachi) stand. Zie ook: hanmi dachi.
Fudoshin	‘Onbeweegbaar hart’. Onverstoorbare en kalme geesteshouding bij gevaar.
Fudoza	Formele, onbeweeglijke zit.
Fujubun	Betekent: dat er niet voldoende kracht zat in het toepassen van een techniek.
Fukaku	‘Diepte,’ persoonlijke diepgang (karakter) als gevolg van training, elegantie.
Fuku	Betekent: kleding.
Fukubu geri	Betekent: trap naar de lage buikstreek.
Fuku jime	Betekent: kleding verwurging. Een algemene benaming voor het gebruiken van enige kleding bij de verwurging. Dus niet een specifieke techniek.
Fuku shidoin	Betekent: assistent instructeur.
Fukushiki kokyu	Diepe buikademhaling.
Fukyu	Betekent: basis.
Fukyu gata	Betekent: basis of fundamentele vormen.
Fukyu taden	Betekent: basis oefening
Fumi	Betekent: stap.
Fumikomi	Het stampen en afzetten met de voorste voet. Tegen de grond slaan.
Funakogi undo	Roeioefening (aiki-taiso oefening).
Furiko tomoe nage	Betekent: slinger cirkel worp.

Furitama	Ki (verzamel) oefening.
Furu	Schudden.
Furu tama	Het vasthouden van energie.
Fusegi	Betekent: verdedig of ontvlucht.
Fushin	Bewust denken, stoppende geest.
Futa	Twee. Van het werkwoord futatsu.
Futari	Twee personen.
Futari dori	Tori wordt door twee aanvallers gelijktijdig vastgepakt.
Futari gake	Oefenvorm waarbij tori door meerdere partners aangevallen wordt met constant dezelfde, of verschillende aanvalsvormen.
Futari geiko	Oefenen met twee partners.
Futari no randori	Randori per twee.
Futari waza	Betekent: twee personen technieken. In de context van twee personen die één persoon aanvallen.

G

Gaeshi (of: Kaeshi)	Draaien, omkeren. De hand van de partner pakken, met de duimen op de rugzijde en de vingers in de handpalm, vervolgens de hand van de partner terug draaien (invouwen) of kantelen.
Gaeshi waza	Technieken waarbij draaiende bewegingen op de polsen worden gemaakt. Ook overname technieken.
Gake	Haken.
Gakusai	Student.
Gambatte	Volhardend in het overwinnen van ongemakken en/of ontberingen.
Ganmen ate	Aangezichtsslag.
Ganseki	Rots. Steenblok.
Ganseki otoshi	Het laten vallen van een rotsblok. Een techniek waarbij uke achterwaarts over de schouders van tori wordt gekanteld.
Garame	Betekent: werpen.
Garami (of: Karami)	Handhaven, oprollen, omwinden, ineenstrengelen, vlechten. Komt van: 'garamu'.
Gari	Wegvegen, wegmaaien.
Garuma (of: Karuma)	Betekent: wiel.
Garyu	Betekent: een persoonlijke stijl of manier in het doen van dingen.
Gassho gamae	Een staande groet houding.
Gassho nuke	Een te-hodoki op een pakking op de polsen. Men brengt daarbij de handpalmen bijeen als maakt men gassho (boeddhistische groet).
Gasshuku	Betekent: een speciale stage of seminar.
Gatame (of: Katame)	Aantrekken, aandraaien. Houdgreep.
Gawa	Betekent: zijde, zijkant.
Ge	(1) Betekent: lager of ondergeschikt, (2) tegenovergestelde zijde van de dojo (van de kamiza).
Gedan	Lage zone. Benaming voor het middendeel van het lichaam, van solaris plexus tot aan de onderbuik.

Gedan barai	Veegwering naar beneden. Bara = vege.
Gedan barai uke	Betekent: lagere zone vegende blok.
Gedan furisute uke	Betekent: lagere zone zwaai blok.
Gedan gaeshi	Een laag uitgevoerde draai (zie ook gaeshi). Kan ook een draaislag met de jo zijn.
Gedan no kamae	'Lage houding'. Positie waarbij de handen in de kamae houding 'laag' worden gehouden (als in de verdediging).
Gedan oshi uke	Betekent: lagere zone vegende blok.
Gedan tsuki	Directe stoot naar de knieën/benen.
Gedan ude uke	Betekent: lagere zone voorarm blok.
Gedan uke	Betekent: lage zone blokkering.
Gei	Kunst, methode.
Gei do	Weg van de kunst.
Geiko (of: Keiko)	Oefening, of training in algemene zin.
Gekisai	Betekent: aanvallen en verpletter.
Gekitai	Betekent: trek terug en val aan.
Gekyu	Betekent: lager niveau klas, beginner(s) in de krijgskunsten.
Gen	Betekent: origineel.
Genki	Kracht, moed.
Genko	Vuist.
Genko jime	Duwen op de halsslagader.
Genri	Betekent: principes.
Genshin	Vermogen om te pareren of een aanval te voorvoelen. Soort intuïtie of waarschuwing.
Geri (of: Keri)	Schop, trap.
Geri age	Hoge schop.
Gesa (of: Kesa)	Schuin.
Getsu kage	Betekent: maanschaduw. Verdediging op een aanval door dezelfde techniek toe te passen als in de aanval wordt gebruikt.
Gi	(1) Oefenkleding, (2) vaardigheid of techniek. Een alternatieve uitdrukking voor: 'waza'.
Gin geri	Trap naar het kruis.
Giri (of: Kiri)	Snijden.
Giri	Plicht, oprechtheid, rechtschapenheid.
Go	Hard, krachtig.
Godai	Betekent: grote vijf. Dit zijn de vijf elementen: aarde, lucht, water, vuur en metaal.
Godan	Vijfde dan.
Godo	Betekent: de 'Weg van de kracht'.
Gogyo	De vijf elementen in de oosterse filosofie. Dit zijn: hout, metaal, aarde, vuur, en water.
Goho nage	Vijf richtingen worp.
Goho no atemi	Een aikibudo oefen routine dat elk van de vijf basis boven en onder lichaams slagen combineert in series voor eenvoudige herhaling.
Gokai	Groot, onstuimig, onverschrokken, robuust.
Gokajo	Vijfde leer. Oude term. Betekent hetzelfde als 'gokyo'. De term wordt nog steeds gebruikt in daito ryu aiki jujutsu.
Gokaku geiko	Training van partners van gelijk niveau.

Gokiburi	Betekent: kakkerlak.
Gokiburi bushi	Betekent: kakkerlak krijger, ruw aan de buitenkant en zacht aan de binnenkant. Het is een belediging.
Gokiburi gata	Betekent: kakkerlak vorm. Een kata dat wordt uitgevoerd met houterige bewegingen en een gebrek aan begrip van de toepassingen. Het is een belediging.
Gokui	Zijn verborgen of geheime technieken die privé aan bijzondere leerlingen werden overgedragen. In sommige traditionele tradities is de uitdrukking het hoogste niveau (certificaat) dat een persoon kan bereiken.
Gokui kaiden	Een uitdrukking die in sommige tradities het hoogste niveau (certificaat) is dat een persoon kan bereiken.
Gokyo	Vijfde principe (ude nobashi).
Gokyu	Vijfde leerlinggraad (gele band).
Go no geiko	Krachtig trainen. De partner tracht te blokkeren.
Go no sen	(1) Overname na de aanval. Het initiatief stelen van de aanvaller, (2) vijf regels om de tegenstander te verslaan, alvorens hij besluit tot de aanval.
Go no sen no kata	Kata-vorm van tegenworpen.
Goroshi	Betekent: doden. Komt van het woord: korosu.
Goshi (of: Koshi)	Het gehele benedendeel van de romp vanaf de navel.
Goshin	Zelfverdediging.
Goshin jutsu	Zelfverdedigingstechnieken. In Kodokan judo een kata.
Goshinyo no te	Instructeurs licentie van het derde niveau in het daito ryu aiki jujutsu.
Go tai no keiko	Stevig, solide oefenen.
Gote	Is de hand die verdedigt, terwijl met de andere hand wordt aangevallen.
Guchi	Manchet (van een mouw).
Guruma (of: Kuruma)	Rad, wiel.
Gyaku	Omgekeerd, tegengesteld, spiegelbeeld.
Gyaku do	Do-slag naar de linkerkant van de tegenstander.
Gyaku geki	Betekent: tegenaanval.
Gyaku hanmi	Positie waarbij tori en uke tegengesteld staan ten opzichte van elkaar. Dus steeds de tegengestelde voet voor: rechts - links of links - rechts.
Gyaku hanmi katate dori	Ongelijkzijdige pakking. D.w.z. uke pakt met de linkerhand de rechterpols van tori. Zie ook 'junte dori'.
Gyaku jime	Betekent: tegengestelde verwurging.
Gyaku juji jime	Betekent: tegengestelde gekruiste verwurging.
Gyaku kesa gatame	Betekent: tegengestelde revers pakking.
Gyaku kote gaeshi	Kote gaeshi op de tegengestelde hand.
Gyaku ni	Betekent: in de tegengestelde richting.
Gyaku ryo muna dori	Uke pakt de revers van tori op borsthoogte kruislings vast.
Gyakushu	Tegenaanval.
Gyaku tai	Betekent: tegengesteld lichaam. In krijgskunstige situaties wordt ermee bedoeld de onmiddellijke omkering van de richting van het lichaams, door verplaatsingen.

Gyaku te	Betekent: tegengestelde hand. Een klem dat het gewricht in de tegengestelde richting manipuleert van de natuurlijke beweging.
Gyakute dori	Letterlijk: grijp (met) de tegengestelde hand. Het weglopend vastgrijpen van de tegengestelde hand.
Gyaku te haito uchi	Betekent: tegengestelde snijhand slag.
Gyaku tsuki	Tegengestelde stoot. Dus waarbij het been aan de zijde van de stootarm naar achteren staat. Dus lateraal tegengesteld.
Gyaku uchi	Slag naar de tegenstander, waarbij de heupen een tegengestelde draai maken.
Gyaku ude dori	Letterlijk: grijp de tegengestelde arm.
Gyaku waza	Tegengestelde technieken.
Gyaku yokomen	Tegengestelde zijwaartse (laterale) slag naar het hoofd van de tegenstander. Ook wel 'backhandslag' genoemd.
Gyaku kesa giri	Een diagonale opwaartse slag- of snijbeweging, langs de lijn waar de gesa wordt gedragen. Een rechtshandige persoon snijdt of slaat van beneden links naar rechts boven.

H

Hachidan	Achtste dan.
Hachiji dachi (of: Tachi)	Natuurlijke stand (ook shizentai). Voeten schouderbreedte, hielen op één lijn, gewicht gelijkelijk verdeelt.
Hachi gane	Hoofd- of haarband, versterkt met een stalen plaatje om het hoofd te beschermen tegen verwondingen.
Hachimaki	Hoofd- of haarband.
Hachi mawashi	Letterlijk: draai de kom. Achtrondingsworp.
Hachi no ji dachi	Open been stand. Voeten iets naar buiten in schouderbreedte.
Hadagi	Onderkleding
Hadaka	Naakt.
Hadake shime	Arm verwurging.
Hai	'Ja'.
Haishin undo	Rug-strek oefening.
Haito	Duimkant van de hand.
Hajime	Begin. Commando gegeven aan het begin of voortzetting van een de training of een wedstrijd (judo / karate).
Hajime no saho	Begin met de etiquette.
Hakama	Japane broekrok. Is deel van de traditionele ceremoniële Japanse kleding.
Hakuda	Ongewapende krijgskunst technieken.
Han	(1) Letterlijk: half, (2) voorbeeld.
Hane	Vleugel.
Hane koshi nage	Heupworp, waarbij met de heup op de tegenstander een extra tillende kracht wordt uitgeoefend.
Hane okiri	Betekent: springen van een zittende naar een geknielde houding (seiza).
Hangetsu	Betekent: halve of wassende maan.
Hangetsu dachi (of: Tachi)	Met de knieën naar binnen gedraaide stand. Soort zenkutsu dachi.
Hanmi	Verdedigingshouding: letterlijk 'halve stand', indraaien.

Hanmi dachi (of: Tachi)	Weggedraaide, verdedigende zenkutsu dachi. Zie ook: fudo dachi.
Hanmi handachi	Half staande. Een partner zit, de ander staat.
Hanmi handachi waza	Technieken waarbij tori op de knieën zit en uke staat.
Hantachi	Halfstaand, geknield.
Hantai	Tegengesteld, kruispakking.
Hantai ni	In de tegengestelde richting.
Hanten ukemi	Half achterwaarts rollen.
Hanza	Letterlijk: halve zit.
Hanza handachi	Half staande. Een partner zit, de ander staat.
Happo	De acht richtingen (in alle richtingen).
Happo ken kata	Letterlijk: stijloefening van acht methoden.
Happo no kuzushi	Betekent: acht richtingen van uit balans brengen van de tegenstander.
Happo undo	Acht richtingen oefening (aiki-taiso oefening).
Happyo	Betekent: de aankondiging van de examen uitslagen.
Hara	Lage buikstreek.
Hara gatame	Houdgreep op de arm door middel van het aanspannen van de buik op de arm, die gecontroleerd op de bovenbenen wordt gehouden.
Haragei	Centralisatie of de kunst van het midden. De kunst van het ademen.
Harai goshi	Betekent: vegende heup. Heup worp.
Harai uchi	Vegende slag.
Harai tsuri komi ashi	Betekent: omhoogtillen, trekken, voet, vegen. Een judo werp techniek.
Harai uke	Vegende wering of blok.
Hasami uke	Schaar blokkering.
Hatchi no sen	Verdediging na de aanval.
Hayai	Snel, vlug.
Hayaku	Vlug, snel
Hazushi	Losmaken, loskomen, ontwijken.
Hazushi uchi	Ontwijken en toeslaan.
Hazushi waza	Ontwijkings- ontsnappingstechnieken.
Hei	Soldaat.
Heijo shin	Een alledaagse, kalme instelling.
Heiki	Evenwichtigheid.
Heiko	Parallel, evenwijdig.
Heiko dachi	Schouderbreedte, hielen op één lijn. Voeten naar voren gericht, gewicht gelijkelijk verdeelt, knieën licht gebogen.
Henka	Verandering van houding, zonder de voeten te verplaatsen.
Henka waza	Een variatie op een basis techniek. Ook: een alternatieve techniek als een eerst ingezette techniek niet blijkt te lukken.
Hera	Pennetje in de rugzijde van de hakama (onder de koshi ita), om de hakama vast te zetten op de obi.
Heta	Onbekwaam, slecht gedaan.
Hi	Neen.
Hidari	Links.
Hidari do	Betekent: de linkerzijde van het lichaam.

Hidari gedan no kamae	Gevechtshouding met de linkervoet voorstaand. Ook wel gyaku gedan genaamd.
Hidari hanmi	Verdedigingshouding met de linkervoet voorstaand: letterlijk 'halve stand'.
Hidari jigo tai	Betekent: verdedigende houding op links.
Hidari mawari	Betekent: Beweeg met de klok mee.
Hidari no kamae	Verdedigingshouding met de linkervoet voorstaand.
Hidari shizen tai	Betekent: linker natuurlijke houding.
Hiden	Geheime traditie, geheim (middel).
Hiden mokuroku	Certificaat van bekwaamheid voor het eerste niveau.
Hiden ogi mokuroku	Certificaat van bekwaamheid voor het tweede niveau.
Hifu	Betekent: lucht in de longen.
Hiho	Betekent: geheime methoden.
Hiji age	Betekent: opwaartse elleboog. Een elleboog stoot techniek.
Hiji ate	Betekent: elleboog stoot.
Hiji chudan ate	Betekent: midden gebied elleboog stoot.
Hiji dori	Vastpakken van (de kleding bij) de ellebogen.
Hiji gaeshi	Letterlijk: wend de elleboog (ellebogen) terug, counter op de elleboog, neem de elleboog over.
Hiji garami	Betekent: elleboog omstrengeling. Een elleboogklem.
Hiji garami koshi nage	Worp over de heup met de armen van uke gekruist.
Hiji jodan ate	Betekent: hoge elleboog stoot.
Hiji kansetsu	Elleboog gewricht. Pijnlijke druk op de arm.
Hiji kime	Concentratie op de elleboog.
Hiji kime nage	Schouderworp. Ook 'hiji-kudaki' genoemd.
Hiji kime osae	Elleboogkracht klem.
Hiji ori	Betekent: elleboog breken.
Hiji osae	Betekent: druk op de elleboog.
Hiji renshu	Betekent: elleboog training.
Hiji uchi	Slag of stoot met de elleboog.
Hiji uke	Betekent: elleboog blok.
Hiji waza	Elleboog (werp) technieken.
Hiji zume	Een andere benaming voor de aiki techniek 'ikkyo'.
Hijoji	Betekent: onverwachte gebeurtenis, noodtoestand.
Hijutsu	Geheime technieken / kunsten.
Hiki	Terugtrekkend, naar achteren trekken.
Hiki ashi	In een glijdende aansluitpas achterwaarts bewegen.
Hikimi	Betekent: trek het lichaam terug zonder de voeten te verplaatsen.
Hiki nage	Betekent: trekkende worp.
Hiki taoshi	Techniek waarbij de tegenstander omlaag wordt getrokken.
Hikitate	Begeleiden, vergezellen, opbrengen.
Hiki te	Betekent: trekkende en draaiende arm in een techniek. Kan worden toegepast als een trekkende techniek na pakking van een tegenstander. Het veroorzaakt een torderende kracht op de arm van de tegenstander door een tegengestelde rotatie. 'Hiki te' veroorzaakt beweging bij de tegenstander door tori's seika tanden te verbinden met die van uke.
Hiki te uke	Betekent: terugtrekkende hand blok.

Hiki tsuki	Vuiststoot vanuit een houding waarbij de voeten evenwijdig uit elkaar staan (balansvoering).
Hiki waza	Technieken waarbij de aanvaller zich achterwaarts beweegt.
Hineri	Letterlijk: gedraaid (ook uitgesproken als: shineru). Draaiing.
Hineri te	Betekent: draaiend hand. Een gewrichtsklem op de pols.
Hineri uchi	Slag/stoot met de elleboog (empi), waarbij de contraheup in de richting van de stoot wordt gedraaid.
Hingurai	Voorkomen, verschijning.
Hira	Vlak, plat.
Hiraki	Letterlijk: wijde kloof tussen twee (soms uitgesproken als: shiraki). Een tai-sabaki. Men verplaatst het lichaam, al naar gelang, schuins links of rechts naar voren, waardoor men opzij van de partner komt.
Hiraki ashi	Zijwaarts voetenwerk, zijwaarts lopen of bewegen.
Hira te	Binnenzijde van de open hand, handpalm.
Hira te uchi	Betekent: een open hand slag of stoot.
Hiriki	Betekent: elleboog kracht.
Hishigi	Klem, breken.
Hito	Betekent: mens
Hito e mi	Stevig staan, een solide positie innemen. Voeten parallel naar voren wijzend. Een basishouding. Bij hito e mi staan de voeten iets meer uit elkaar dan bij hanmi.
Hito kokyu	In één adem
Hitori geiko	Solo oefenen. Zelfstandige oefeningen zijn bijvoorbeeld: zazen, slag-oefeningen met jo of bokken, kokyu ho, tai- te- en ashisabaki.
Hiza ate (of: Hiza uchi)	Betekent: knie stoot.
Hiza gamae	Betekent: knie houding. Knielen op één knie.
Hiza geri	Betekent: knie trap.
Hiza guruma	Betekent: knie wiel. Een judo werp techniek.
Hiza jime	Letterlijk: klemmen tussen de knieën.
Hiza uke	Betekent: knie blok.
Hiza waza	Betekent: knie stoot technieken.
Ho	Methode, leer. Richting.
Hodoki	Bevrijding.
Hoi	Betekent: omcirkelen.
Hojo-undo	Educatieve- of specifieke oefenvormen. De vormen kunnen individueel dan wel met een partner worden uitgevoerd. De oefeningen liggen aan de basis voor later uit te voeren werpen controletechnieken. De oefeningen dienen tevens ter opwarming van het lichaam.
Hombu	Huis, tehuis.
Hombu dojo	Centrale dojo. Wanneer een (budo) organisatie over meerdere (branche) dojo beschikt fungeert de hombu dojo als hoofdkwartier dojo.
Hon	Basis, oorsprong.
Hon gamae	Betekent: basis houding of stand.
Hone nashi	Betekent: nutteloos.

Hone sei	Betekent: botten zetten. Een alternatieve uitdrukking van: hone setsu.
Hon jime	Betekent: basis verwurging.
Hontai	Geeft uitdrukking aan meesterschap over lichaam en geest.
Hontei	Betekent: waarachtige- of basis hand. Het houden of pakken van iets met een natuurlijke grip.
Honto	Feit, daad, werkelijkheid.
Hyoho	Betekent: strategische methode.
Hyoshi	Timing.
Hyoteki	Betekent: doel gebied.

I

I (Chinees)	Wil, bedoeling, geest, mening, opinie.
Ibuki	Methode om diep in te adem gevolgd door een korte kuch om de longen leeg te maken.
Ichido	Betekent: eens.
Ichigan nisoku santan shiriki	Kijken staat op de eerste plaats, voetenwerk staat op de tweede plaats, spirit staat op de derde plaats en spierkracht staat op de vierde plaats.
Ichi go iche e	Één ontmoetings, één geest.
Ichi Keme	Met je gehele inzet.
Ichikyo	Betekent: éérste leer. Een andere benaming voor 'ikkyo'.
Ichi monji	Het karakter voor 'één' in het Japans. In een rechte lijn.
Ichi Tante	Eén ademhaling.
Ido	Betekent: beweging.
Idori	Geknielde zit. Technieken die in geknielde zit worden uitgevoerd.
Iie	'Nee'.
Iemoto	Betekent: stichter van een huis. Een oude klassieke uitdrukking voor de leider van een traditie. Een meer gebruikelijke moderne uitdrukking is ' soke '. Iemoto wordt soms gebezigd als een uitdrukking voor een toekomstige soke in een stijl of school.
Igen	Betekent: waardigheid.
Iki	Wilskracht. Ademen als fysiologisch verschijnsel. Kokyu duidt meer op de diepere kosmologische aspecten van ademhaling.
Ikkajo	Eerste leer. Een term in gebruikt bij daito ryu aiki jujutsu.
Ikki ni	Betekent: in één adem. In de context van 'onmiddellijk'. Iets wat gebeurd gedurende één ademtocht.
Ikkyo	Eerste principe (ude osae).
Ikkyu	Eerste leerlinggraad (bruine band).
Ikkyo undo	Betekent: éérste leer oefening.
Ikoï	Spierkracht, in de betekenis van fysieke kracht dan wel brute kracht.
Ima	Betekent: nu.
Imon	De plaats op de voorzijde van de kimono waar de twee revers elkaar kruisen.
In ibuki	Betekent: interne rustige ademhaling.

Inka	Een certificaat die sommige personen ontvangen en die bevoegdheid geeft om op eigen titel en autoriteit les te geven in een krijgskunst. Gebruik bij sommige oude tradities om bekwame senior studenten in de gelegenheid te stellen een eigen school te openen. Ook somtijds versteekt door Zen meesters om te benadrukken dat een student een zekere verlichting en bekwaamheid heeft verworven.
Inashi gata	De methode van het ontwijken van een aanval, door bekwaam uit de aanvalslijn te bewegen.
Inasu	De ontwijking van een inkomende aanval door het lichaams uit de aanvalslijn te bewegen.
In no te	Betekent: de 'yin' hand. De yin hand is verdedigend en geeft mee.
Inyomu	Betekent: yin en yang. Concept uit de traditionele Chinese kosmologie.
Inyoshintai	Betekent: yin en yang lichaamsbeweging. Het lichaam beweegt voor- en achterwaarts.
Ippan geiko	Oefeningen waarbij de partners de technieken om beurten links en rechts uitvoeren.
Ippon	Betekent: één cilindrisch object. Één punt. Zijkant.
Ippon ashi dachi	Betekent: één been stand.
Ippon dori	Met twee handen vastgrijpen van één pols.
Ippon ken	Betekent: één punt vuist. Het gebruiken van één vooruitstekende knokkel van de vuist als het contactpunt in een stoot. Om de oppervlakte van het te raken gebied te reduceren en daardoor de impact van de stoot te verhevigen.
Ippon nukite tsuki	Betekent: wijsvinger speerhand stoot.
Ippon sei nage	Één arm schouderworp.
Iri	Ingaan, inwaarts bewegen. Komt van het werkwoord 'hairu'. Zie ook irimi'.
Irimi	Intredend lichaam, inkomen. Uke trekt, tori stapt in. Term vooral gebruikt in de aiki krijgskunsten en die doelt op de kunst van het niet-weerstand-bieden'. Daarbij wordt de kracht van de partner, hoe groot ook, tegen hem gebruikt . Zie ook omote'.
Irimi issoku	Inkomen met één enkele stap.
Irimi nage	Ingaande worp. Instap- of middelpunts worp. De essentie van de worp is dat tori ver naar voren beweegt; op uke inkomt, als het ware door het centrum van uke heen snijdend.
Irimi tenkan	Inkomende draaiing. Instappen met een draaiende beweging.
Iri oshi otoshi	Betekent: inkomende val- of worp. Ook bekend als: tai atari otoshi . Een aikibudo techniek.
Iri tegatane oshi uke	Betekent: inkomende zwaardhand blok. Een aikibudo techniek.
Issatsu	Eén slag, één dood. Wat wil zeggen dat elke klap (slag) dodelijk is en ook bedoeld is om dodelijk te zijn.
Isshin	Betekent: één hart of één geest.
Itai	Betekent: het doet pijn.
Itami	Betekent: pijn.

Itami jime	Betekent: pijnlijke verwurging.
Itsuki	Het fixeren van de gedachten waardoor een juiste reactie onmogelijk wordt.
Itto	Eerst, in de zin van: de eerste slag met bv. het zwaard of de tegatana.

J

Ji	Betekent: teder of zacht, vriendelijk.
Jigo	Verdediging.
Jigo hontai	Verdedigende houding, waarbij de voeten op één lijn zijn.
Jigoku	Betekent: aarde gevangenis of hel.
Jigoku jime	Betekent: hel verwurging. Een judo grijp techniek.
Jigoku otoshi	Betekent: helleval of worp. Een aiki werptechniek.
Jigo tai	Verdedigende houding.
Jiki deshi	Betekent: directe student. Een student die studeerde onder de soke van een traditie of stijl.
Jikishin	‘Directe geest,’ oprechtheid.
Jiko no kansei	Betekent: streven naar perfectie.
Jiku	Asdraai.
Jiku-ashi	Op de plaats draaien op de tenen en de hiel.
Jime (of: Shime)	Omstrengeling, verwurging.
Jin kai kyusho	Vitale punten van het menselijk lichaam.
Jin no kokyu	Betekent: de adem van een persoon.
Ji no shugyo	Technische training.
Jintai (of: Karade, of: Tai)	Het lichaam.
Jisha	Betekent: een assistent. Iemand die optreedt als de assistent (helper) van een leraar.
Jiu no keiko	Soepel trainen.
Jiyu	Betekent: vrij.
Jiyu geiko	Vrij oefenen. Partners kiezen zelfstandig de oefenstof welke ze willen bestuderen.
Jiyu oyo gi	Vrij oefenen.
Jiyu waza	Vrije technieken. Uke kiest met welke technieken hij verdedigt op (specifieke) aanvallen. Is vergelijkbaar met randori.
Jodan	Hoge positie. Vooral gebezigd door de aanvaller.
Jodan age uke	Betekent: hoog opwaartse blok.
Jodan gaeshi	Een hoog uitgevoerde draai (zie ook ‘gaeshi’).
Jodan no kamae	‘Hoge houding’. Verdedigende houding waarbij de handen hoog worden gehouden.
Jodan tsuki	Directe stoot naar het gezicht.
Jodan uke	Betekent: hoog blokkeren.
Jodan waza	Technieken vanuit de positie ‘jodan no kamae’.
Joge	Betekent: omhoog en omlaag.
Jo ha kyu	Zacht, vloeiend, scherp (in timing).
Jorei	Betekent: dojo regels.
Joseki	Hoge zijde. Ook wel vertaalt als ‘ereplaats in de dojo’. De zijde in de traditionele Japanse dojo waar de assistenten van de leraar plaats nemen.

Jozu	Bekwaam, goed.
Ju	Vaardigheid, soepelheid, flexibel, meegevend.
Juban	Onderkleding.
Judan	Tiende dan.
Judogi	Het judo training uniform.
Jugyo	Betekent: instructief onderwijs of lessen.
Judoka	Beoefenaar van judo.
Juji	Kruis, gekruist, verzet.
Juji dome	Schaar blokkering.
Juji garami	Gekruist verstrengelen. Ineengestrengelde/gekruiste armen. Gekruiste armklem worp.
Juji gatame	Betekent: kruis klem. Een judo gewrichtklem techniek.
Juji jime	Letterlijk: gekruist (ver)wurgen.
Juji nage	Techniek waarbij uke wordt geworpen met gekruiste armen (juji).
Juji uke	Betekent: een gekruist (schaar) blok.
Jukumite	Betekent: vrij oefenen.
Jukuren	Betekent: bekwaamheden.
Jumonji	Betekent: het Japanse karakter voor 'tien', hetwelk de vorm heeft van een kruis (x).
Jun	Zuiver.
Junan shin	Vormende geest.
Junan kyoka ho	Oefeningen voor het soepel maken van de gewrichten.
Junan taiso	Betekent: conditie oefeningen.
Junbi taiso o hajimemasu	Betekent: begin met de conditie oefeningen (warming up).
Junbi taiso o owarimasu	Betekent: Einde conditie oefeningen (warming up).
Junbi undo (taiso)	'Voorbereidende bewegingen'. Algemene voorbereiding.
Ju no geiko	Oefeningen waarbij de partner volgt zonder zich te verzetten.
Junte dori	Letterlijk: zuivere hand. Recht grijpen van de pols. Ongelijkzijdige pakking. Dwz. uke pakt met de rechterhand de linkerpols van tori.
Jun tsuki	Directe vuiststoot.
Jun uchi	Directe slag met de rug van de hand naar het gezicht.
Jushin	Betekent: het centrum van de zwaartekracht.
Ju tai no keiko	Soepel, flexibel oefenen.
Jutsu (of: Jitsu)	Een Japans achtervoegsel voor techniek, vaardigheid, kunst. Ongewapend uitgevoerde verdediging op een tegenstander.
Jyun	Direct, gelijke.

K

Ka	(1) Vuur. (2) Japans achtervoegsel met de betekenis van: 'mensen die' of 'zij die'. Voorbeeld: aikijutsu'ka'. Iemand die aikijutsu beoefent.
Kabenuke	Technieken om ongezien (muren) te passeren.
Kaeshi waza	Counter technieken.
Kaeshi tsuki	Betekent: een tegenstoot.
Kagami	Spiegel.
Kagi	Betekent: hoek.

Kagi jime	Betekent: sleutel verwurging. Wordt zo genoemd omdat het de zenuwbanen afsnijdt van de hand. Is ook bekend als tweede techniek ‘nikkyo’ in aikibujutsu en tweede principe ‘nikajo’ in Daito-ryu aikijujutsu.
Kai	Vereniging, groep, school.
Kaiden	De definitieve leringen van een traditie.
Kami waza	Goddelijke technieken.
Kaishaku soden	Tweede hoogste niveau van de technieken in het daito ryu aiki jujutsu.
Kaisho	Grondlegger. Morihei Ueshiba is de kaisho van aikido.
Kaiten	Cirkelvormig.
Kaiten ashi	Voorwaarts stappen gevolgd door een draai op de ballen van de voet (tenkai ashi).
Kaiten nage	Draaiworp.
Kajo	Onderdeel, bestanddeel, lering, vraagstuk.
Kakari geiko	Een oefenvorm waarbij tori onophoudelijk wordt aangevallen door uke.
Kake	Werpen, worp, uitvoeren.
Kakegoe	Schreeuwen om energie op te wekken om een techniek uit te voeren.
Kakemono	Kalligrafie geschrift.
Kakudo	Hoek.
Kamae	Houding, (gevechts)positie. Letterlijk: voorbereiding, zich de juiste houding aanmeten.
Kami no ashi	De voet die het dichtst bij de kamiza is.
Kamishimo	Formele kleding: mouwloos bovenkledingstuk met hakama.
Kamiza	Letterlijk: ‘goddelijke zitplaats’. Hoge plaats (zitkant). De zijde in de dojo waar de leraar plaats neemt. Ook wel ereplaats in de dojo genoemd.
Kan	Intuïtie, waarneming.
Kancho	Betekent: Eigenaar van een school. De eigenaar van een dojo.
Kangeiko	Wintertraining. Een extra training van enkele dagen gedurende de koudste periode van het jaar.
Kannuki	Dwars. Grendel, schuifgrendel.
Kansetsu geri	Letterlijk: trap het gewricht. Trap naar het kniegewricht.
Kansetsu waza	Technieken waarbij druk op de gewrichten wordt uitgeoefend, of waarbij een klem op de gewrichten wordt aangelegd.
Kao	Overzicht.
Kappo (of: Katsu)	Reanimatietechnieken. Kunst van het opwekken met behulp van kuatsu (of techniek van reanimatie met de kiai).
Kara	Betekent ‘leeg’ of ‘China’. Het originele karakter (kanji) was ‘t’ang’, of China, uitgesproken als ‘kara’. Onder invloed van het Japanse nationalisme wijzigde Funakoshi Gishin het karakter in een ander dat ook werd uitgesproken als ‘kara’ wat ‘leeg’ betekent. Hij verklaarde dat het nieuwe concept was gebaseerd op ‘leegheid’, met de betekenis van ‘onzelfzuchtigheid’.
Karateka	Beoefenaar van karate.

Karate no michi	‘Weg van de karate’.
Kassei ho	Middel tot opwekking, vooral na verwurging, d.m.v. kuatsu.
Kassoteki	Logische handeling, tegenover een denkbeeldige opponent.
Kata	Betekent: (1) Schouder, (2) voorgearrangeerde vorm. Stijloefening, studie. Gevechtssloop waarbij de vormen volgens vastgestelde regels worden uitgevoerd. Kata worden in ongewijzigde vorm van generatie op generatie overgeleverd.
Katabiri	Onderkleding.
Kata dori	Aanval waarbij uke de schouder van tori vastpakt.
Kata dori (sho)men uchi	Uke pakt de schouder van tori met één hand vast en met de andere geeft hij een (sho)men slag.
Kataha	Letterlijk: het keren van de vleugel. De helft, vleugel.
Kataha jime	Betekent: halve verwurging. Een judo verwurgings techniek.
Kata jime	Betekent: schouderklem verwurging.
Kata juji jime	Betekent: half gekruiste verwurging. Een judo verwurgings techniek.
Katakak	Een arm slot, een gewrichtsklem op de elleboog.
Kata kansetsu	Schouder gewricht. Pijnlijke druk op de schouder.
Kata kansetsu gatame	Letterlijk: klem het schoudergewricht.
Katame (of: Gatame)	Houdgreep, controle.
Katame waza	Houdgrepen, klem- of controletechnieken. Ook ‘osae-waza’ genaamd.
Kata otoshi	Betekent: schouderworp. In Aikido wordt deze techniek ikkyo genoemd.
Katate	Een enkele hand.
Katate dori	Vastgrijpen van de pols.
Katate kogeiki ho	Aanvalsvormen met de hand.
Katate no bu	Individuele pols bewegingen/oefeningen.
Katate ryote dori	Met twee handen vastgrijpen van een pols. Ook ‘ryote-ippodori’ genaamd.
Katusatsu Jutsu	De kunst van de studie van de vitale punten (zenuwbanen en knopen). Slagen op de vitale punten kunnen dodelijk zijn. Indien de zenuw knopen en banen op de juiste manier worden bewerkt kan dit helend werken.
Kawashi	Ontwijken.
Kaze	Wind.
Keage	Omhoog gaande, gericht.
Keage geri	Schopstoot naar boven. Keageru = opschoppen, omhoog schoppen.
Kega	Betekent: verwonding.
Keiko (of: Geiko)	Training in algemene zin.
Keiko bakama	Oefen- of krijgers hakama.
Keiko gi	Oefenkleding, gewoonlijk een wit judo- of karatepak.
Keiko ho	Vormen van training.
Keiko ken	Betekent: Een wijsvinger knokkel vuist. In het Chinees: een phoenix oog vuist.
Keiraku	Betekent: meridiaan of energiekanaal.
Kekki	Heethoofdigheid, (jeugdige) overijverigheid.
Kekomi geri	Schopstoot. Kekomu = inschoppen.

Kempo	Betekent: 'weg van de vuist'. De Japanse benaming van de Chinese vechtkunst 'chuan-fa'.
Ken	Vuist. Zwaard.
Ken chutai	Aanvallen en verdedigen gaan samen. Ook 'kentai-itchi' of 'kobo-itchi' genoemd.
Kenkyuka	Betekent: een stage, seminar.
Keri (of: Geri) waza	Schop- of trap technieken.
Kesa (of: Gesa)	Schuin. Revers van monnikskleding.
Ki	Levensenergie, oerenergie.
Ki ai	Letterlijk: harmonische geest. Schreeuw waarin alle samengebalde 'ki-krachten' worden gelegd bij een actie.
Kiai make	Het één zijn met 'ki' verliezen.
Kiatsu	Luchtdruk.
Ki awase	In harmonie komen met de kracht van de tegenstander.
Kiba dachi	Ruiterstand- of houding. Kiba = paardrijden. In het karate betekent het 'schrijlingse stand'. Breedte ongeveer 2 x schouderbreed. Knieën gebogen boven de voeten. Voeten wijzen naar voren.
Kibishisa	Nauwgezetheid, nauwkeurig, precies.
Kidate	Karakter / waardigheid tonen.
Kigurai	Optreden, houding, gedrag.
Kihaku	Projectie voorbij het fysieke lichaam. Anders gezegd, als een techniek wordt uitgevoerd wordt de aangewende 'ki' kracht zodanig gericht dat deze als het ware door -en voorbij- de tegenstander gaat.
Kihin	Trots, waardigheid.
Kihon	Letterlijk: pure fundering. Fundament, basis.
Kihon dosa	Basisoefeningen.
Kihon gatame waza	Basis controle technieken. Ook 'kihon-osae-waza' genaamd.
Kihon geiko	Basistraining(en). Beginoefeningen.
Kihon gi	Basis vorm.
Kihon kata	Letterlijk: stijloefening van pure fundering. Basistraining.
Kihon nage waza	Basis werp technieken.
Kihon osae waza	Basis controle technieken. Ook 'kihon-gatame-waza' genaamd.
Kihon waza	Basis technieken.
Kiuro obi	Gele band.
Kikai tanden	'Oceaan van ki'. Zie ook 'tanden'.
Kikan uchi	Betekent: een stoot naar het strottenhoofd (trachea).
Ki ken tai ichi	Geest, zwaard en lichaams zijn één in harmonie.
Kiku	Laag, lager.
Kime	Focus, brandpunt, centrum.
Kime waza	Klem- en / of controle technieken.
Kimochi	Uitdrukken, gedrag, optreden.
Kimono	Jas van de oefenkleding.
Ki musubi	Ki verbinden om leven te verkrijgen.
Kin geri	Trap of schop tegen het kruis.
Ki no michi	De weg van ki.
Ki no nagare	Letterlijk: 'het stromen van ki'.

Ki no renma	Ontwikkelen van ki, door krachtige en ritmische ademhalingsoefeningen.
Ki o tsukette	Wees voorzichtig.
Kinteki geri	Letterlijk: trap het edelmetaal (de juwelen). Trap naar de testikels. Ook wel genoemd: tsuzu geri = trap de bel.
Kiri geiko	Training waarin de basistechnieken geoefend worden.
Kiritsu	Sta recht, rechtstaan, opstaan.
Kiryoku	'Spirit - kracht'. Volle inzet.
Ki soku	Het ademen verlengen.
Ki tai no keiko	Spontaan, met ki oefenen.
Kito	Opstaan en vallen.
Ki ubi	Ki-voortbrenging.
Kiyotsukete	Voorzichtig.
Kiza	De zitstand (seiza) waarbij de tenen in de mat zijn gedrukt. Op de tenen zitten (bij de uitvoering van een techniek).
Ko	(1) Oud, eertijds, vroeger, (2) klein, weinig.
Kobo ichi	Aanval en blokken op een aanval zijn één.
Kobudo	Klassieke (oude) krijgskunsten. Van 'ko = oud' en 'budo = krijgskunst'. Ook gebruikt om de kleinere krijgskunstvormen mee aan te duiden.
Kobukan	De dojo die Morihei Ueshiba stichtte in het Shinjuku district van Tokyo in 1931. Op dezelfde plaats verrees in 1967 de huidige aiki(kai) hombu dojo.
Kodokan	De dojo die werd gesticht door Jigoro Kano in 1882 in Korakuen, Tokyo. Fungeert als het wereld hoofdkwartier voor het judo. De dojo bevat uitgebreide faciliteiten om krijgskunsten te beoefenen.
Kogeki	Aanval(len).
Ko geki ho	Aanvalsvormen.
Kohai	Junior (student).
Ko ho	Naar achteren, achterover.
Koi	Kom hier.
Koken	Gebogen pols.
Kokoro (of: Shin)	Geest, ziel, hart.
Kokoro-e	Een geesteshouding van oprecht begrip en waardering voor waarden.
Kokoro kamae	Betekent: mentale houding.
Kokoro miai	Iemands bekwaamheden testen.
Kokuro	Het ontwikkelen van een sterke wil.
Kokutsu dachi	Achterwaartse of verdedigingsstand. Kokutsu = terugbuigen. Gewichtsverdeling 70 % op voorvoet en 30 % op de achtervoet. Knie van het achterste been zoveel mogelijk naar achteren, boven voet. Voeten haaks op elkaar en diepe stand.
Kokyu	Ademhaling. Stroming van de psychische kracht, of ki, of lichaamsbeweging als gevolg van ki. Een sterke kokyu duidt op een lichaam dat is toegerust met ki, of met een intense psychische en spirituele energie. Het heelal zelf is de werking van ki. Haku (ko) = uitademen / Suu (kyu) = inademen.
Kokyu chikara	Betekent: innerlijke kracht.

Kokyu dosa	Ademhalings oefeningen.
Kokyu ho	Adem methode. De weg anderen te leiden door kokyu (ademhaling).
Kokyu ho undo	Polssturing (aiki-taiso oefening).
Kokyu nage	Ademkracht worp. De kunst van het werpen door kokyu. Er worden geen klemmen of grepen toegepast bij kokyu-nage. Uke wordt geworpen door alleen gebruik te maken van kokyu, of kokyu-ryoku.
Kokyu ryoku	Adem kracht.
Kokyu ryoku no yosei ho	Oefeningen met het doel de innerlijke kracht fysiek uit te drukken.
Kokyu ryoku taiso	Oefeningen om adem kracht te ontwikkelen.
Kokyu tanden ho	Een zittende aikido oefening op een tweehandige pakking.
Kokyu undo	Ademhaling oefening om kokyu-ryoku te ontwikkelen.
Kokyu waza	Ademkracht technieken.
Komekami	Door de tempel.
Komi	Binnenwaarts. In elkaar, tegengaan.
Koppu	Betekent: kloppen met een holle hand. Reanimatietechniek.
Koroshi	Betekent: doden, of doodklap. Soms wordt ook wel bedoeld een uitgestelde doodsklap techniek.
Koryu	Klassieke school / stijl.
Koryu no kata	Klassiek budo kata.
Kosa	Kruisen, diagonaal.
Kosa dachi (of: Tachi)	Naar voren gekruiste voeten stand. Gebezigd bij een aanval met sprong.
Kosa dori	Diagonaal vastpakken, kruiselings. Dwz. uke pakt met de rechterhand de rechterpols van tori, of met de linkerhand de linkerpols.
Kosei	Betekent: aanval.
Koshi (of: goshi)	Het gehele benedendeel van de romp vanaf de navel.
Koshi guruma	Heupworp, term gebruikt in de daito ryu ipv. koshi nage.
Koshi hineri	Betekent: heup draai. Een techniek om kracht te genereren.
Koshi ita	Het stijve rugstukje in de hakama.
Koshi nage	Heupworp (koshi = heup en nage = worp).
Koshi tsuki	Vuiststoot, met draaiing van de contra heup naar voren.
Koshi waza	Heupworp technieken.
Kotai	(1) Naar achteren bewegen - stappen, (2) changé (partner).
Kotae	Betekent: verandering, wijziging.
Kote gaeshi	Letterlijk: wend de middenhand / pols terug. Counter de pols, neem de pols over. Buitenwaartse polsdraaiklem - binnenzijde. Het werpen van de partner door middel van het draaien, of kantelen, van diens middenhand (zie ook gaeshi).
Kote gaeshi ho	Oefening om de polsen soepel te maken / houden. Palm van de hand omhoog houden en vervolgens naar binnen kantelen met de andere hand.
Kote gaeshi undo	Het draaien van de polsen (aiki-taiso oefening).
Kote hineri	Het omdraaien van de hand en onderarm (polsklem). Een katame (osae) waza (houdgreep), die ook wel als worp wordt toegepast.
Kote kudaki	Letterlijk: verbrijzel de pols. Hand (pols) klem.

Kote mawashi	Het omdraaien van de pols en onderarm (polsklem naar binnen). Een katame (osae) waza.
Kote mawashi ho	Oefening op het polsgewricht. Het naar buiten uitdraaien van de pols.
Kote ori	Betekent: pols breken.
Koutai	Wissel.
Kozo	Betekent: structuur.
Kubi shime	Verwurging.
Kudaki	Klem (ook: samendrukken, aandrukken, verpletteren).
Kudan	Negende dan.
Kuden	Overgeleverde woorden (traditie). Bijvoorbeeld de aanwijzingen die Morihei Ueshiba O-Sensei zelf aan zijn leerlingen gaf, of in zijn geschriften naliet.
Kugi nuki	Betekent: schaar worp. Een oude jujutsu werp techniek. Een gedrukt voorbeeld kan worden gevonden in de oude tekst: 'The Text-Book of Jujutsu', door S.K.Uyenishi.
Kujiki	Verdraaien, wringen.
Kuki	(1) De lucht (leegte) die we inademen; (2) door gebruikmaking van 'ki', het waarnemen van openingen in iemands verdediging.
Kumi	Groep. Greep, vastpakken.
Kumi ai	Betekent: pakken, grijpen.
Kumi kata	Series van bewegingen oefenen, solo of met een partner. Manier van vastpakken.
Kumite	Letterlijke betekenis: 'ontmoetende handen'. Gebruikelijke aanval c.q. sparring in karate, komt overeen met randori in aikijujutsu en judo.
Kumi uchi	Handgemeen technieken die worden gebruikt voor als men is gekleed in een harnas. Ook op het slagveld.
Kurai dori	Een realistische (innerlijke) strijd voeren.
Kuriiro obi	Betekent: bruine band.
Kuro obi	Betekent: zwarte band.
Kusuri	Betekent: medicijn.
Kuzure	Variatie.
Kuzuri	Inzetten van de techniek.
Kuzushi	Het breken van de balans van de tegenstander. Balansverstoring.
Kuzusu	Breken.
Kwai	Vereniging, club.
Kyo	Opening of zwakte in de houding van de tegenstander.
Kyogi	Feitelijk lichamenlijk nut of voordeel.
Kyoju	Instrueren, onderwijzen.
Kyoju dairi	Assistent leraar / instructeurs licentie.
Kyoka	Betekent: het curriculum van een stijl of krijgskunst traditie.
Kyosei	Betekent: een student leraar.
Kyu	Leerling - graad. Er zijn 6 kyu - graden. Een budoka met een kyu - graad onderscheidt zich van een yudansha (dan - graad houder) door het dragen van een gekleurde band.
Kyu kei	Rustpauze.
Kyuryoku	Betekent: kracht.

Kyushin ryoku	Middelpunt zoekende kracht. In de aiki krijgskunsten is het toepassen van middelpunt zoekende krachten van evident belang. Men dient immers in het eigen centrum te blijven en van daaruit te werken.
Kyusho	Vitale punten van het lichaam.

M

Ma	Afstand waarbij men één pas moet maken om de partner te kunnen raken.
Ma ai	Geeft de afstand tot de tegenstander aan. De kunst van ma - ai bestaat uit het beoordelen van de juiste afstand die nodig is om het evenwicht met de partner te behouden. Van belang daarbij is de lengte van beide partners en of men al dan niet gebruik maakt van wapens en of het een statische dan wel dynamische oefening betreft. De essentie van ma - ai omvat niet alleen het idee van afstand, maar ook van het juiste moment van handelen (timing), van tijd en ruimte. Het indringen in de ma - ai van de partner betekent zeker zijn van de overwinning.
Ma ai go to	Niet de juiste afstand (tot de tegenstander).
Machi	Wachten.
Machigai	Betekent: vergissing.
Mae	Voor, naar voren, voorwaarts. Frontaal.
Mae ashi geri	Betekent: voorvoet trap. Trappen met de voorstaande voet is een gebruikelijke techniek.
Mae dori	Aanval waarbij de kleding van voren wordt vastgepakt.
Mae eri dori	Letterlijk: frontale revergreep.
Mae eri dori shomen uchi	Letterlijk: frontale revergreep met slag naar het hoofd.
Mae eri shime	Verwuring van voren.
Mae geri	Een directe schop of trap naar voren.
Mae hiki otoshi	Voorwaartse aarde worp.
Mae kaiten ukemi	Voorwaarts rollen.
Mae no sen	Betekent: voorwaarts aanvallen. Dit is de (tegen)aanval op
Mae tenkan	Voorwaarts draaien.
Mae uki otoshi	Betekent: voorwaartse zwevende val of worp. Een aikibudo werp techniek.
Mae ukemi	Voorover rollend uitgevoerde valtechniek.
Mage	Buigen, ombuigen.
Make	Nederlaag, verlies.
Maki	In- oprollen.
Maki atama otoshi	Betekent: gewikkeld rond het hoofd worp. Een aikibudo sutemi werp techniek.
Maki komi	Met de partner naar de grond gaan (ook: omvatten).
Maki otoshi	Schouderworp, waarbij tori neerkomt op de knie.
Manabu	Leren door na te doen
Manaka	Middelpunt.
Maru	Betekent: cirkel.
Masakatsu	Een goede overwinning.

Masakatsu akatsu	‘Handelen in overeenstemming met de waarheid leidt altijd tot de overwinning’. Een favoriet gezegde van Morihei Ueshiba.
Massugu	Recht vooruit.
Matadachi	Split in zijkant van de hakama.
Matte	‘Wacht, stop’.
Mawari	Keren, draaien. Draaiende klem.
Mawashi	Letterlijk: rondgaand. Circulair.
Mawashi geri	Cirkelvormige zijwaartse trap.
Mawasu	Draaien, rondgaan.
Mawatte	Omdraaien, keren.
Me	Ogen.
Men	Gezicht, hoofd.
Men nage	Hoofdworp. De uitgevoerde werptechniek wordt op het hoofd toegepast.
Men uchi	Slag naar het gezicht, of op het hoofd (zie ook ‘shomen - uchi’).
Metsubishi	Letterlijk: vermorzel de ogen. Atemi op de neuswortel.
Metsuke	Het kijken naar de tegenstander. Oog in oog contact zonder naar een bepaald punt te kijken, zodat overzicht kan worden gehouden over het totale blikveld.
Michi	Weg, do, tao (chinees).
Michibiku	Betekent: leiden of gidsen.
Midare geiko	Betekent: vrije training.
Midori obi	Groene band.
Migi	Rechts, rechter(zijde).
Migi do	Betekent: de rechter kant van het lichaam.
Migi gedan no kamae	Verdedigingshouding met de rechtervoet voor.
Migi hanmi	De stand waarbij de rechtervoet voor staat letterlijk: ‘halve stand’.
Migi no kamae	Verdedigingshouding met de rechtervoet voor.
Migi shizen tai	Betekent: natuurlijke houding op rechts.
Mikomi	Betekent: een doordringende blik of oogopslag.
Miru	Zien.
Misogi	Reinigen van lichaam en ziel/geest.
Misogi harai	Purificatieproces, in de zin van het reinigen van lichaam, moraal en geest. In het budo wordt hieronder verstaan het reinigen van de dojo voor of na de les.
Mitori geiko	Betekent: stelen met de ogen oefening. Dit houdt in: observeren en leren van hetgeen men ziet tijdens de instructie in de klas. Vooral van belang als iemand geblesseerd is en aan de kant moet blijven.
Mitsu no sen	Drie manieren van voorzien van de bewegingen van de tegenstander.
Mitsu tomoe	Het in en yo symbool dat is te zien in de vlag van Okinawa. Het is ook het symbool van de Japanse oorlogsgod ‘Hachiman’.
Misogi no waza	Purificatie technieken, reinigingstechnieken. Aikijutsu kan worden gezien als technieken die een reinigende werking hebben op de geest en ziel van het individu.

Mo	Meer.
Mochi	Greep, vasthouden. Met/in handen nemen.
Mo ichido	Betekent: nog één keer.
Mo ikkai	Opnieuw.
Mokuroku	Licentie. In de martial arts een geschrift dat toestemming verleent om instructie te geven in een bepaalde krijgskunst.
Mokuso	Meditatie. De houding die men aanneemt bij het beoefenen van zen.
Mokuso yame	Einde van de meditatie.
Momo dachi	Het optrekken van de hakama en vastzetten in de taille. Als in vroeger dagen een samurai hiertoe overging betekende dit dat hij bereid was tot een gevecht.
Mo motte	Betekent: meer.
Mon	Familiewapen op de keiko gi.
Mondo	Vraag en antwoord.
Monogatari	Verhalen.
Montsuki	Kledingstuk met wijde mouwen, met een mon op de borst, mouw en rug.
Morote	Met 'beide handen'.
Morote dori	Het vastpakken van de pols van de tegenstander met twee handen.
Morote seoi nage	Twee armen schouderworp.
Motodachi	Verdedigende kant in een techniek.
Motto	Meer.
Mu	Het niets.
Mudansha	Iemand die geen 'dan'-gradering heeft. Dus een 'kyu'-graad houder.
Muga	Het verliezen van de eigen 'ik' door middel van geestelijke en lichamelijke training.
Muga mushin	Lege geest.
Mukae	Uitnodigen. Ontmoeten.
Mukae daoshi	Letterlijk: tegemoet treden en laten vallen. Instap- of middelpuntsworp. Zie ook 'irimi-nage'.
Mu kamae	Een houding zonder houding. Een houding van leegte.
Mu no kamae	'Geen stand'. Neutrale stand.
Mune dori	Uke pakt de revers van tori (nage) op borsthoogte.
Mune dori men uchi	Uke pakt de revers van tori met één hand vast en met de andere hand geeft hij een men slag.
Munen	Zonder gedachten.
Mune tsuki	Steek/stoot naar de borst van de tegenstander.
Mushin	'Geen hart'. De lege geest. Geen gedachte. Een kalme instelling.
Muso	Vormloosheid, geen rationele geest.
Musubi	Verbinden, één-worden.
Musubi dachi (of: Tachi)	Beginstand / aandachtshouding. Voeten in een hoek van 90 °, hielen tegen elkaar, gewicht gelijkelijk verdeelt.
Muto waza	Betekent: geen zwaard technieken. Dit zijn verdedigingstechnieken van een ongewapende persoon tegen een gewapende tegenstander.

N

Na	Naam.
Nafuda kake	Naambord. Op de nafuda kake worden de namen van de leden (van de dojo) vermeld, in volgorde van gradatie.
Nagare	De ononderbroken, vloeiende stroom van ki, tijdens de uitvoering van een techniek.
Nagashi	Letterlijk: vloeiend, stromen (water). Een lichaams verplaatsing (tai-sabaki). Men cirkelt, al naar gelang, op de voor- of achterstaande voet, waardoor men naast (schouder aan schouder) de partner komt. Zie ook: tenkan ashi.
Nagashi tsuki	Betekent: vloeiende stoot.
Nagashi undo	Betekent: vloeiende oefening.
Nagashi waza	In elkaar overvloeiende technieken.
Nage	Werptechniek. Degene die werpt, ook degene die leidt.
Nage katame waza	Werptechnieken, met controle van de partner op de grond.
Nage waza	Werptechnieken.
Naka	Centrum.
Nakadaka	Knokkel van de middelvinger.
Nakadate ippon ken	Betekent: vuist met middelvinger knokkel.
Naka ni	Naar het centrum.
Naka yui ippon tsuki	Betekent: middelvinger knokkel stoot.
Nakazumi	De centrum lijn van het lichaams.
Nami ashi	Betekent: normale voet. Een glijdende loopmethode waarbij de bal van de voet lichtelijk het contact blijft houden met de vloer/mat.
Nami juji jime	Betekent: normale kruis verwurging. Een judo verwurgings techniek.
Naname	Diagonaals.
Naname katate dori	Betekent: diagonale enkele handpakking. Het is een gekruiste handpakking: rechts pakt rechts, of links pakt links.
Nanken	‘Slecht zwaard,’ verkeerde manier.
Naore	Oplettende geconcentreerde houding.
Narabi	Rij, zij aan zij.
Nasake no ichigeki	Betekent: laatste (zwaard) slag. Dit is een ‘coup de grace’ (genadeslag).
Naze	Waarom?
Ne	Liggend, op de grond.
Neji	Schroef, draaiing, wringing, torsie.
Neji gaeshi	Letterlijk: wend de schroef terug, wend torsend terug. Een spierversterkende oefening in de vorm: hand - elleboog overstrekking met gebruik van tai-sabaki. Pakking: pols-elleboog.
Neji kote gaeshi	Letterlijk: wend de pols gedraaid / getorst terug. Buitenwaartse polsdraaiklem - buitenzijde. Het werpen van partner door middel van het draaien of kantelen van diens middenhand. Zie ook ‘gaeshi’.

Neko ashi dachi (of: Tachi)	Kat stand. Voeten haaks op elkaar. Gewicht op het achterste been (90 %) en de bal van de voorste voet (10 %). Voeten kort bij elkaar.
Nen	Concentratie, gedachte-moment, op één punt gericht zijn.
Ne waza	Grondtechnieken in budo vechtkunsten.
Nidan	Tweede dan.
Ni dai	Tweede generatie.
Nigiri	Controle, pakken.
Nigiri gaeshi	Een oefenvorm die het gebruik leert van het lichaamsgewicht in relatie met het aan- en ontspannen van de spieren van de romp. Pakking: ryote-ippo.
Niho kiri	Snijden (kiri) in twee (ni) richtingen (ho).
Nihon	Japan.
Nihon budokan	Groot stadionachtig complex voor de budobeoefening in Tokio. Er worden trainingen, demonstraties en wedstrijden georganiseerd in vrijwel alle Japanse martial arts. Het complex wordt ook gebruikt voor andere doeleinden als grote concerten. De Budokan geeft een tijdschrift uit genaamd 'Het Budo'.
Nihon ken tsuki	Betekent: twee knokkels stoot.
Nihon nukite tsuki	Betekent: twee vingers speerhand stoot. De twee vingers zijn: de wijs- en middelvingers.
Nikajo	Tweede leer. Een term in gebruikt bij daito ryu aiki jujutsu.
Nikyo	Tweede principe (kote mawashi).
Nikyo undo	Het buigen van de polsen (aiki-taiso oefening).
Nikyu	Tweede leerlinggraad (blauwe band).
Nobashi	Verlengen, spannen.
Nogare	Betekent: een manier van ademen, die bestaat uit een diepe inademing en een scherpe hijgende uitademing.
Nuki	Trekken en/of duwen.
Nukite	Stoot, steek met de platte hand, zgn. speerhand.
Nukite kansetsu tsuki	Betekent: het stoten van de vingertoppen in een gewrichts.
Nukite tsuki	Speerhand stoot.
Nukite uchi	Betekent: een speerhand slag.
Nuki uchi	Trekkende stoot. Een combinatie van blokken, slaan en snijden in één beweging (actie).
Nyu monsha	Beginner.

O

O	Eerbiedwaardig, groot (bv. O-sensei).
Obi	De band die elke budoka om zijn/haar middel draagt om de keikogi (kleding) bijeen te houden. Gordel.
Obi musubi	De knoop van de band.
Odome	Naam voor de geheime technieken uit het Daito ryu curriculum.
Ogesa	Grote vorm.
Oi	Volgen.
O irimi	Letterlijk: groot intredend lichaam. Grote afstand overbruggen om in te treden in / met het lichaam.

Oi tsuki	Directe stoot. Frontale instappende stoot.
Oji	Reageren.
Oji waza	Defensieve technieken.
Oki	Betekent: groot.
Okii	Breed, lang.
Oku	Betekent: diep of geheim.
Okuden	Betekent: geheime technieken, of een geschrift met geheime technieken.
Okuri	(1) Sturen, (2) twee, paar.
Okuri ashi	‘Zend-stap’. Voetenwerk waarbij de achterste voet niet voorbij de voorste voet komt.
Omote	Buitenwaarts, voorzijde. Directe of positieve ingang ter inleiding van een techniek; richting: inwaarts, voorwaarts (zie ook ‘irimi’).
Omote ashi	Voorlangs loop. De voeten kruisen elkaar bij het lopen vóór langs.
Omote yoko men uchi	Letterlijk: buitenwaartse slag naar de zijkant van het hoofd. Draaislag (laterale slag) naar het hoofd.
Omote waza	Betekent: duidelijke technieken. Dit zijn technieken die kunnen worden getoond aan het publiek.
Onna	Vrouw.
Ori	Breken.
Osae	Pakken, grijpen, houdgreep, gewicht, druk. Osaeru = drukken, doen winnen, onder controle brengen.
Osae komi	Houdgreep. Binnenwaartse pakking. Pijnlijke druk op de pols.
Osae komi toketa	Houdgreep verbroken.
Osae komi waza	Betekent: druk techniek(en). De uitdrukking ziet op het vastpinnen van (het lichaam) van de tegenstander tegen de grond.
Osae waza	Klemmen, houdgrepen. Ook wel ‘katame-waza’.
O sensei	Letterlijk ‘grote of eerbiedwaardige leermeester’. Morihei Ueshiba, grondlegger van het aikido wordt gewoonlijk O-sensei genoemd. Het is een uitdrukking die van groot respect getuigt.
Oshi	Duwen
Oshi gaeshi	Letterlijk: wend de duwkracht terug. Een oefenvorm die het gebruik leert van het aanvalsritme ‘tai-no-sen’.
Osi waza	Aanvallen als de tegenstander terugtrekt.
O soto gari	Betekent: grote buitenwaartse veeg. Een judo werp techniek.
Osu	Duwen.
O(h)ten	Op de zij draaien.
Otoko	Man.
Otoshi	Laten vallen, neervallen, omverwerpen. Op de plek werpen.
Otoshu	Vallen, voorwaarts snijden.
Owari	Einde van de training.
Owari no saho	Betekent: afsluitende etiquette.
Oyayubi ippon ken	Een duim knokkel vuist stoot.
Oyayubi jime	Vastgrijpen van de adamsappel.
Oyo	Toepassen, aanwenden. Afwisselend.

Oyogi jutsu	Verzamelnaam voor alle aanvallende en verdedigende technieken.
Oyo waza	Toegepaste techniek. Dat wil zeggen dat de verdediging wordt aangepast aan de aanval. Al wordt elke aanval op dezelfde manier ingezet, er zal een nuance verschil zijn, dus is ook elke verdedigingstechniek weer anders van uitvoering. De verandering kan ook komen door lengteverschil in oefenpartners, of snelheid of kracht van de aanval.

P

Pai shih (Chinees)	Een ceremonie voor een nieuwe kung-fu leerling waarbij hij/zij wordt geaccepteerd als leerling.
Pinan	Betekent: vrede en harmonie. Vijf kata-vormen werden gecreëerd door Ankoh Itosu in de periode 1903 tot 1905, om karate te introduceren aan Okinawaanse middelbare- en hogere school studenten. De technieken zijn vermoedelijk geënt op de Kusanku Kata en de Chinen Kata.
Po	Manier, methode, keer. Zie ook: 'ho'.

R

Raihinseki	Plaats van de eregasten / toeschouwers.
Randori	Letterlijk: ruig vastgrijpen. Realistische oefening. Vriendschappelijke wedstrijd. Vrije training in judo en aikijujutsu.
Randori ne waza	Grond oefengevechten.
Randori tachi waza	Staande oefengevechten.
Rei	Buigen, groeten.
Reigi	Etiquette.
Reigisaho	Betekent: dojo etiquette of manieren voor de tatami.
Reiho	Methode van de etiquette.
Ren	Polijsten.
Renmei	Betekent: een federatie van stijlen of organisaties.
Renraku	Een combinatie.
Renraku henka waza	Betekent: gevarieerde combinatie technieken.
Renraku waza	Gecombineerde technieken.
Renshi	Een leraar tussen 5e en 6e dan wordt renschi genoemd.
Renshu	Oefenen. Steeds herhalen. Repeteren.
Renwaku waza	Gecombineerde technieken.
Renzoku	Opeenvolgend, aanhoudend.
Renzoku tenkan ho	Oefening waarbij meerdere keren wordt gedraaid. De oefening is vooral bedoeld om iemand meer wendbaar te maken. Tegelijkertijd leert men snel ontwijken en de partner leiden.
Renzoku uchikomi	Herhaaldelijk uitgevoerde uchikomi.
Renzoku waza	Vervolg- of opeenvolgende technieken.
Ri	Principe.
Riai	Betekent: de eenheid van theorie en actie. Elementaire vormen van een (krijgs)kunst.

Rippo	Staand uitgevoerde techniek.
Ri ari	Zijn oude oorspronkelijke technieken.
Riron	Theorie.
Risshi	Betekent: een doel stellen.
Ritsurei	Staand groeten.
Ro	Staaak, (roei)spaan.
Robuse	Letterlijk: leg de roeispaan neer. Neerleggen, neerbuigen van de arm.
Rokkyu	Zesde leerlinggraad (witte band).
Rokudan	Zesde dan.
Ryo	Beide, twee.
Ryo hiji dori	Vastpakken van de ellebogen met twee handen.
Ryo hiji suihei ni haru uke	Betekent: beide elleboog horizontaal gespreid blok.
Ryo ho	Betekent: in beide richtingen.
Ryo kata dori	Vastgrijpen van de beide schouders.
Ryo ku	Kracht.
Ryo sode dori	Letterlijk: grijp de twee mouwen. Vastpakken van de mouwen met twee handen.
Ryo te	Twee handen.
Ryo tomoe	Het yin en yang (in-yo) symbool.
Ryote dori	Letterlijk: grijp met beide handen. Vastgrijpen van beide polsen. Ook genoemd 'ryo-tekubi-dori'.
Ryote ippo dori	Letterlijk: greep van één door twee handen. Uke pakt met twee handen een pols van tori.
Ryo tekubi dori	Vastgrijpen van twee polsen. Ook genoemd 'ryote dori'.
Ryote mochi	Pakking van twee handen op één arm.
Ryu	Martiale traditie, krijgskunstschool / stijl. Stroom, stromen, alles omvattende doorstroming van generatie op generatie.
Ryu gi	Tradities in de oude krijgskunsten.
Ryu ha	School of stijlgroep in budo.
Ryu no geiko	Oefeningen waarbij de partner ertoe wordt gebracht m op de door tori gewenste manier aan te vallen.
Ryu ha keizu	Genealogische lijst van namen van de hoofdmeesters van martiale scholen/stijlen of tradities.
Ryutoken	Letterlijk: drakenzwaardvuist. Drakenkopvuist.

S

Sa	Links, linker kant.
Sabaki	Draaien met het lichaam.
Sabaki taiso	Lichaamsdraai oefeningen.
Sagaru	Wijken.
Sagi	Reiger.
Sagi ashi	Letterlijk: reiger voet. Dit is een positie waarbij men op één been staat.
Sagi ashi dachi	De voet die van de grond is, heeft de wreef om het been van de tegenstander gehaakt. Ook Saji ashi dachi genaamd.
Saho	Betekent: (1) naar links, (2) methode van etiquette.
Sakki	Agressie. Het aanvoelen van agressie bij de ander.
Samu	Concentratie op handvaardigheid of handarbeid.

Sandan	Derde dan.
Sankajo	Derde leer. Een term in gebruikt bij daito ryu aiki jujutsu.
Sankaku	Aarde, driehoek.
Sankaku no irimi	Driehoekig inkomen. Men komt zijwaarts naar voren in -en door- naar de achterzijde van de partner, in een driehoekig patroon.
Sankaku tai	Letterlijk 'driehoekshouding'. Een basis ('T') houding. Bv. een houding met de jo, waarbij de voorwaartse hand de jo verticaal houdt, ondereinde van de jo aan de vloer.
Sankyo	Derde principe (kote hineri).
Sankyu	Derde leerlinggraad (groene band).
Sannin	Betekent: drie personen.
Sannin gake	Oefenvorm, waarbij tori constant door meerdere partners wordt aangevallen, met dezelfde of verschillende aanvalsvormen. Zie ook 'taninzu-kakari-geiko' of 'futari-gake'.
Sannin waza	Betekent: drie personen techniek. Drie aanvallers tegen één verdediger.
Sasae	Blokkeren, steun.
Sasae tsuri komi ashi	Betekent: blokkerende trekken en oplichten voet. Een judo werp techniek.
Sashin yutai	Voorwaarts met de linkervoet en terugtrekken met de rechervoet. Standaard voetbeweging.
Sasoku	Linkervoet.
Sayu	Links en rechts.
Sayu tsuki	Betekent: links en recht stoten. Het concept is gelijktijdig stoten met beide vuisten op links en rechts.
Sayu uke	Betekent: links en rechts blokken. Het concept is gelijktijdig blokken met beide armen op links en rechts.
Sayu undo	Zijwaartse zwaai/zwenking (aiki-taiso oefening).
Sayu ura ashi undo	Zijwaartse zwaai/zwenking met achterlangsstap (aiki-taiso oefening).
Sei	(1) Letterlijk: correct, (2) zonder beweging, inactief.
Sei chushin	Door het centrum.
Seigan	Betekent: natuurlijk stap. Een basis lichaamshouding in de aikibujutsu kunsten, kenjutsu en iaido.
Seigyo	Betekent: controle.
Seika (Chinees)	De essentie, de bloem.
Seika no itten	Vitale punt.
Seika tanden	Het punt dat ongeveer 2 cm onder de navel ligt (zie ook 'tanden'). Betekent: 'de rivier van vermiljoen'.
Seiken	Letterlijk: correcte vuist. Voorvuist.
Seiken mawashi tsuki	Betekent: cirkelvormige zijwaartse stoot.
Seiki	Geest-energie. Vitale kracht.
Seimei	'Leven'. Vervuld van ki en kokyu geeft 'leven'.
Seiretsu	Ga op één lijn staan.
Seiri undo	Oefeningen na de training om af te koelen (cooling down).
Seishin	Geest. In budo betekent dit voortdurende geestelijke en fysieke controle blijven uitoefenen over de aanvaller.
Seishin kunren	Het trainen van de geest.

Seitei	Standaard vorm.
Seitei gata	Betekent: fundamentele vorm of technieken.
Sei to do	‘Actie, geen actie,’ rust in beweging.
Sei ubi	Leven-voortbrenging.
Seiza	Letterlijk: correcte zit. Hielzit. Formele manier van zitten in Japan. De houding is ontspannen en rechtop, de voeten tegen elkaar, met de grote tenen over elkaar gekruist. De knieën minstens twee vuisten uit elkaar bij de mannen. De vrouwen houden de knieën bij elkaar.
Seiza no bu	Zittende deel (bij kata).
Seme	Betekent: (1) degene die aanvalt, (2) aanval, (3) drukken.
Seme ashi	Duwen, duwende voet.
Seme guchi	Betekent: aanval op de mond. Een kwetsbaar punt voor een aanval.
Seme te	Duwen, duwende hand.
Semeru	Duwen, ‘aanval’.
Sempai	Senior (student).
Sen	Initiatief. De positie van de tegenstander analyseren.
Sen jutsu	Taktiek.
Sen no ki	Aanvallende instelling.
Sen no sen	Verdediging net vóór de aanval.
Sen no waza	Aanvallen sneller dan de tegenstander.
Sen sen no sen	De hoogste vorm van bewustzijn. Nog voor de aanval plaatsvindt, de situatie kunnen beoordelen en daar de verdediging op instellen.
Seoi	Dragen, op de rug nemen.
Seoi nage	Schouderworp.
Sesshin	Een periode van rigoureuze discipline oefeningen teneinde intense concentratie te verwerven.
Shagumu	Gehurkt zitten.
Shareiroku	Register van ontvangen vergoedingen voor het geven van lessen. Zie ook ‘eimeiroku’.
Shi	Betekent: een deskundige.
Shiatsu	Letterlijk: ‘vinger-druk’. Japanse drukpunt massage.
Shibari	Vastbinden.
Shichidan	Zevende dan.
Shidan (of: Yondan)	Vierde dan.
Shido	Onderwijzen, tonen, leiden, de weg wijzen.
Shido geiko	Betekent: weg van de oefening. Het is begrijpen door te onderwijzen. Een persoon verkrijgt inzicht in de technieken door ze te verklaren aan anderen.
Shidoin	Junior instructeur, nog niet formeel erkent als instructeur en ook niet als sensei. Dient te worden gezien als assistent instructeur.
Shidosha	Betekent: junior instructeur die assisteert bij de les. Het is toegestaan dat hij meedenkt en suggesties doet inzake de technieken, maar hij/zij is nog niet echt gekwalificeerd om instructie te verzorgen.
Shi gi tai ichi	Geest, zwaard en lichaams in harmonie.
Shihaku	Dode hoek.

Shiho	De vier windrichtingen.
Shiho nage	Letterlijk: vier windrichtingen worp. Worp in vier richtingen. Vierpuntsworp.
Shiho undo	Vier richtingen oefening (aiki-taiso oefening).
Shikaku	(1) Mens, (2) blinde vlek (d.w.z. buiten iemands oogbereik zijn).
Shiki	Moed.
Shikko	Voortbewegen op de knieën (knieloop).
Shiko dachi	Hoekige paardrijstand (karate). Voeten 45 ° naar buiten. Heupen lager dan in kiba dachi.
Shikyu	Vierde leerlinggraad (oranje band).
Shima obi	Rood - witte band.
Shime (of: Jime)	Omstrengeling, verwurging.
Shimeru	Wringen, samentrekken, draaien.
Shime waza	Omstrengeling- verwurgingstechnieken.
Shimo no ashi	De voet die het verst is verwijderd van de kamiza.
Shimoseki	Lage zitkant. De zijde rechts van de kamiza. In een traditionele dojo de kant waar bezoekers plaatsnemen.
Shimoza	Lage zitkant. Recht tegenover de kamiza. In een traditionele Japanse dojo de zijde waar de studenten plaats nemen.
Shin (Chinees)	Cirkel.
Shin	Geest, verstand, karakter, ziel (kokoro). Alles dat opkomt in het geweten. Nieuw.
Shin gi tai	Drie graad - of dan - aanduidingen in de vechtkunsten. (1) Shin = geest, karakter; (2) gi = techniek in de beoefende kunst; (3) tai = delen van het lichaam. Of: shin = hemel, gi = aarde en tai = mens, de vereniging van de drie elementen.
Shini te	'Dode' hand.
Shinken shirata	Techniek in martial arts waarbij wordt aangevallen met een zwaard en tori (verdediger) de aanval neutraliseert door het zwaard aan seme (aanvaller) te ontnemen.
Shinogi	Een spierversterkende coördinatie oefening, in de vorm van een directe vuiststoot met buitenwaartse blokkering.
Shinmu fusatsu	'Niet doden', het hoogste ideaal in het Japanse budo.
Shinshin	Betekent: (1) geest en lichaam. Is een algemene benaming voor Japanse yoga-type oefeningen, (2) stille of gefixeerde geest, open voor een aanval.
Shinshin shugyo	Betekent: geest en lichaams-oefening.
Shintai	Betekent: (1) menselijk (goddelijk) lichaam, (2) lichaamsbeweging in rechte lijn.
Shintai ho	Verplaatsingen zonder te draaien.
Shinza	Ereplaats in de dojo. De plaats wordt veelal gesymboliseerd door een Shinto (huis) altaar, een gekalligrafeerde tekst en/of een beeltenis van de stichter van de betreffende budostijl.
Shinzen	Eremuur met een tempel (altaar).
Shinzen ni rei	Groet (frontaal) aan de eremuur, die is voorzien van een tempel.
Shirogashi	Witte eik, wit eikehout.
Shiroi	Wit.
Shisatsu	Inspectie, in de zin van visueel inspecteren.
Shishei	Houding, postuur, lichaamshouding.

Shishi	Een woeste leeuw met lange manen, symbool van macht.
Shishin	‘Stoppend hart’. Het vastzetten van de gedachten op één ding.
Shita	Beneden, onder.
Shitagi	Onderkleding.
Shita hara	Het gebied van de (lage) onderbuik.
Shita uke	Blokkering in de lage zone.
Shite	Tegenstander.
Shito kokyu	Betekent: één adem.
Shizen	Betekent: natuurlijk lichaam.
Shizen dachi	Betekent: natuurlijke houding.
Shizen hontai	Staande houding, voeten naast elkaar.
Shizentai	‘Natuurlijke houding’. Basishouding. Rechtop staan.
Shizoku	Betekent: veilige plek.
Sho	Betekent: beginnen.
Shochu geiko	Zomertraining. Vrijwel elke krijgskunst kent een paar keer per jaar bijzondere trainingen, die vaak samenhangen met weersomstandigheden specifiek voor dat seizoen. Op die wijze ervaart de budoka de eenheid met de natuur heel direct.
Shodan	Eerste dan.
Shodai	Eerste generatie.
Shoden	Betekent: nieuw geschrift. Dit is de naam voor het éérste transmissie certificaat is sommige krijgskunst tradities.
Shodo o seizu	Controle vanaf de eerste beweging.
Shogo	Titel.
Shomen	(1) Het aangezicht, de voorkant, frontaal; (2) directe slag op het hoofd; (3) eremuur met foto’s en/of kalligrafieën.
Shomen giri	Neerwaardse snijslag op het hoofd.
Shomen uchi	Directe slag naar het gelaat, of op het hoofd (ook wel ‘men-uchi’). De slag wordt uitgevoerd met de zijkant van de hand.
Shomen uchi ikkyo undo	Aiki-taiso oefening. Het doel van de oefening is het aanleren van de verdediging van een slag naar het hoofd.
Shosei	Student.
Shoshin	Gemoed / instelling van een beginner.
Shoshinsha	Beginner, debutant.
Shotei	Onderste deel van de handpalm (ook: teisho).
Shoza	Vooraan gezeten.
Shugo	Kom hier (bij elkaar) voor instructie.
Shugyo	Dagelijkse strenge / zware training gedurende een bepaalde periode.
Shugyosha	Persoon die is toegewijd aan een zware training.
Shuhari	De drie stadia in budo training: (1) shu = leren, leerperiode, aanvaarden, zich wegcijferen; (2) ha = doorbraak, inzicht, onderzoeken; toepassen; (3) ri = zelfrealisatie, zelfvervulling.
Shuki	Energie behouden.
Shumatsu dosa	De laatste oefeningen. Veel aikido leraren gebruiken de vroegere ‘shumatsu dosa’ tegenwoordig als didactische

	oefeningen tijdens de les en niet zelden aan het begin van de les als inleiding.
Shumatsu undo	Betekent: oefeningen om aft te koelen.
Shunkan saiminjutsu	Betekent: hypnose of geest controle technieken.
Shuren dojo	De naam van de dojo die Morihei Ueshiba stichtte in Iwama, Ibaragi Prefectuur.
Shuto	Letterlijk: zwaardhand. Pinkkant van de hand (ook: te gatana).
Shuto otoshi	Betekent: meshand worp / val. Een aikibudo techniek.
Shuto te	Betekent: meshand blok.
Shuto uchi	Slag met de scherpe kant van de hand.
Shuto uke	Wering met de scherpe kant van de hand.
Siro obi	Witte band.
So	Zoals dat (de juiste manier).
Soba	Is de naam van de split in de zijkant van de hakama.
Sochin dachi	Betekent: onbeweeglijke houding.
Sode	Mouw.
Sode dori	Letterlijk: pak de mouw. Aanval waarbij de mouwen worden vastgepakt, ter hoogte van de elleboog.
Sode guchi dori	Aanval waarbij de manchetten van de mouwen worden vastgepakt.
Sode tsuri komi goshi	Betekent: mouw trekken en oplichten heup. Een judo werp techniek.
Soe	Betekent: ondersteunend, of geassisteerd.
Soe te	Betekent: ondersteunende hand.
Sogo	Betekent: geïntegreerd, veelomvattend.
Sogo bujutsu	Uitgebreide/veelomvattende martiale systemen.
Sogo renshu	Algemene training, waarin de behandelde stof wordt geoefend.
Soji	Betekent: het schoonmaken van de dojo. In sommige dojo is dit een ritueel bij het begin van het nieuwe jaar. In andere dojo is het een dagelijks gebeuren aan het begin van iedere les.
Sokatsu	Het bekritisieren van de uitvoering van een techniek.
Soke	Hoofd van de familie. In de krijgskunsten ziet de naam op degene die de familie (erf)opvolger is in de traditie van de school/stijl.
Soke dairi	Officiële vertegenwoordiger van het hoofd van een traditie (Soke van een ryu / stijl).
Soko	Daar, die positie.
Sokumen	Diagonaals.
Sokuto	Snikkant van de voet (buitenkant).
Sokuto geri	Zijwaartse schop. Sokuto = voetzwaard (vergelijk: 'tegatana' en 'shuto').
Sonkyo	Hurkzit.
Sonota	Betekent: afwisselend.
Sorashi	Betekent: een voorwendsel, een schijnbeweging.
Sotai	Betekent: correct lichaam. Het aannemen van correcte lichamelijke houdingen.
Sotai dosa	Met een partner oefenen (zie ook 'tandoku-dosa').

Sotai renshu	Betekent: partner oefeningen. Twee personen oefenen samen.
Soto	Buitenkant, een uitwaartse beweging (bv. 'soto-kaiten-nage').
Soto kaiten nage	Roterende- of draaiworp langs de buitenzijde.
Soto makikomi	Betekent: buitenwaarts oprollende worp. Een judo werp techniek.
Soto mawari	'Draai uit'. Draai naar de (buiten)zijde van de partner.
Soto tegatana	Buitenwaartse zwaardhand.
Soto tenkan	Uitwaarts draaien.
Soto ude	Betekent: de buitenzijde van de onderarm.
Soto ude nage	Buitenarm worp.
Soto uke	Wering van buiten naar binnen.
Sozori	Geruisloos.
Stukuri	Vorbereiding tot de worp.
Sui	Betekent: water.
Suihei	Horizontaal.
Suihei uchi	Een horizontale zijwaartse slag (zie ook 'gyaku-yokomen-uchi').
Suiku	Betekent: as(lijn) of rotatie.
Sukehira	Naam.
Suki	(1) Opening, (2) geestelijke leegte, het moment van onachtzaamheid.
Sukoshi	Een beetje, een kleine hoeveelheid.
Sukui	Scheppen.
Sukui nage	Betekent: scheppende worp.
Sukui te	Betekent: scheppende hand. Hetzelfde als 'Sukui uke'.
Sukui uchi	Betekent: scheppende slag.
Sukui uke	Betekent: scheppende blok.
Sumi	Hoek.
Sumi kiri	Helderheid van geest en lichaam.
Sumi otoshi	Hoekval, hoekworp.
Sune	Scheenbeen, onderbeen (de tibia).
Suri ashi	Glijdend voetenwerk, de bal van de voet blijft aan de grond.
Sutemi	'Opoffering'. Woord gebruikt in de budo disciplines. Het vastbesloten en met volledige geestelijke opoffering het eigen lichaam of leven in de strijd werpen, alsof men de dood zou ingaan. Zonder 'sutemi' of volledige bewegingsvrijheid in de aanval, vormt het eigen ego de belemmering om te kunnen winnen.
Sutemi waza	Werptechnieken waarbij de werper naar de grond gaat. Ook 'opofferingsworpen' genoemd.
Suwari waza	Bewegend op de knieën uitgevoerde techniek.

T

Ta	Eerste rang.
Tabi	Japanse (witte) sokjes met separate grote teen, zodat gemakkelijk teenslippers kunnen worden gedragen.
Tachi	Staande positie. Zwaard.

Tachi ai	Technieken die staande worden uitgevoerd.
Tachi dori	'Zwaard pakking'. Technieken om een gewapende aanvaller te ontwapenen.
Tachi rei	Betekent: een staande buiging.
Tachi waza	In staande positie uitgevoerde techniek. Staande worpen.
Tai Atari	Betekent: lichaamscontact.
Tai atari otoshi	Betekent: lichaamscontact worp. Op een ura yokomen uchi naar de zijkant van het hoofd. De aanvallende arm wordt geblokkeerd en de verdediger attaqueert de aanvallende arm.
Tai boku	Grote boom.
T'ai chi (Chinees)	De opperste waarheid.
Tai chikara	Betekent: gebruik maken van uiterlijke (dus niet innerlijke) lichaams- of spierkracht.
Tai chi tai bun	Hoor met het lichaam, denk met het lichaam.
Tai jutsu	Vechttechnieken met de (blote) handen.
Taikai	Toernooi.
Taiko	Betekent: oog in oog met een tegenstander staan.
Takudo	Betekent: bepalen van de 'Weg' die men zal volgen om een doel te bereiken.
Taikyoku ken	Betekent: de grote ultieme vuist. De Japanse betekenis van de Chinese karakters voor Taiji quan (Tai Chi Chuan).
Tai nagare	Betekent: vloeiend lichaam.
Tai no henka	Technieken om de positie van het lichaam te veranderen. Vormen de basis om aiki technieken juist te kunnen toepassen.
Tai no sen	Verdediging gelijktijdig met de aanval. Men wacht op het initiatief van de aanvaller.
Tai no tenkan	Lichaamsdraai. Het veranderen van de positie van het lichaam in een circulaire beweging.
Tai otoshi	Lichaamsworp. Het werpen.
Tai ryo otoshi	Betekent: lichaamsgewicht val / worp. Het in positie komen om te werpen of laten vallen van het lichaamsgewicht, is een manier om kracht te genereren.
Tai sabaki	Letterlijk: wend het lichaam. Lichaamsdraaiingen. Beweging van het lichaam om een aanval te ontwijken en de kracht van de aanval tot eigen voordeel aan te wenden.
Taiso	Gymnastiek, opwarmingsoefeningen.
Taitai no sen	De meegaande of afleidende aanval. Zie ook 'tai no sen'.
Take ori	Betekent: vinger breken.
Taki	Betekent: waterval. Een basis techniek in aikibudo.
Taki otosu odori	Een variatie op de worp 'kaiten nage'. Een schouderklem. In aikibudo ook genoemd: 'kata gatame'.
Tamashi	Ziel.
Tandoku dosa	Individuele oefening, solo oefening (zie ook 'sotai-dosa').
Tandoku renshu	Solo oefening.
Tanin geiko	Betekent: training met meerdere aanvallers.
Taninzu dori	Oefening waarbij tori (nage) door meerdere personen tegelijk wordt aangevallen. Ook 'taninzu-gake' genoemd.

Taninzu kakari geiko	Oefenvorm waarbij tori aanhoudend door meerdere partners wordt aangevallen met dezelfde of verschillende aanvalsvormen. Zie ook 'futari-gake' of 'sannin-gake'.
Taninzu no randori	Randori met meerdere personen.
Tani otoshi	Betekent: vallei val werp techniek. Een judo werp.
Tanome	Mouw van de montsuki.
Tanren	Gedisciplineerde training.
Tan seki den	'Smeden in de morgen, polijsten in de avond = harde training.
Tanto dori	Verdedigen tegen mesaanval. Mespakkingen.
Taoshi	Neerwerpen.
Tasu dori	Verdediging tegen meerdere aanvallers.
Tatami	Oefenmatten gemaakt van samengeperst stro. Japanse slaapmatten.
Tate	In de lengte, verticaal.
Tate hiza	Een manier van zitten, waarbij men zit op de linker knie, het zitvlak rust op het linkeronderbeen en de rechter knie is rechtstandig omhoog.
Tate ichi mon ji	Betekent: verticale lijn.
Tatemaie	Betekent: verticaal vooraanzicht, voorwendsel, schijn. Bijvoorbeeld: indien gevraagd naar een persoon, een uitdrukkingloos gezicht tonen.
Tate shuto uke	Betekent: verticaal meshand blok.
Tate tsuki	Verticale stoot.
Tatsujin	Zeer bedreven budo beoefenaar.
Tatte kudasai	Recht staan alstublieft.
Tawari gaeshi	Betekent: baal draaien. Een judo werp techniek.
Tchika ma (of: Ichi ma)	Korte afstand tot de tegenstander. Men kan de tegenstander aanraken.
Tchikama geri	Betekent: trap van korte afstand.
Te do	Lege handen vechttechnieken. Uit 'te-do' ontstonden tenslotte vechtkunsten als jujutsu en karate.
Te gatana	Zwaardhand. Letterlijk: 'te' = hand en 'katana' = zwaard. De hand - en onderarm - wordt in aikijujutsu gebruikt als ware het een zwaard.
Te hodoki	Letterlijk: ontknoop (ontwar) de hand. Bevrijding van de hand.
Te hodoki waza	Bevrijding technieken van de hand.
Teiji dachi	T-stand, als in sankaku tai.
Teki	Betekent: tegenstander.
Te kubi joho kosa undo	Hoge dubbele pols sturing (aiki-taiso oefening).
Te kubi junan undo	Polsoefeningen.
Te kubi kansetsu junan ho	Oefeningen om de polsgewrichten soepel te doen worden /houden.
Tekubi kansetsu waza	Betekent: polsklem technieken.
Te kubi kosa undo	Dubbele pols sturing (aiki-taiso oefening).
Te kubi osae	Polsklem (pijnlijke druk op de pols). Een katame (osae) waza.
Te kubi shindo	Pols schudden. Oefening om de polsen soepel te doen worden.

Ten	Hemel.
Tenbin	Balans.
Tenbin nage (of: Hiji nage)	Letterlijk: werp als een juk (balansarm om twee emmers te dragen). Armklem worp. Worp met gestrekte arm. Zie ook 'ude-kime-nage'.
Tenchi	Hemel en aarde. Een uitdrukking in de aiki krijgskunsten. Men moet denken over zichzelf als een miniatuur heelal, geworteld in de aarde en tegelijkertijd reikende naar de hemel.
Tenchi nage	Hemel en aarde worp.
Ten do	Hemelse weg.
Tenkai	Draaien.
Tenkai ashi	Draaien op de bal van de voet (voorbeeld: van stand hidari kamae naar migi kamae).
Tenkan	Draaiende of cirkelvormige beweging. Uke valt aan, tori wijkt uit (tai-sabaki). Bijna alle aikijujutsu bewegingen zijn tegelijkertijd tenkan en ura (zie ook 'ura').
Tenkan ashi	Cirkelen op de voorstaande voet, waardoor men naast (schouder aan schouder) de tegenstander komt bij een aanval. Zie ook nagashi en irimi tenkan.
Te no michi	De leidende hand.
Te no uchi	'Binnenkant van de hand'. Positie van de handen.
Tenshin	Betekent: zijwaartse lichaams verplaatsing.
Tenugui	Kleine handdoek om het zweet af te wissen.
Te sabaki	Draaibewegingen van de hand en de onderarm.
Tetsui	Hamervuist.
Te uchi mata	Hand-til-worp.
Te waza	Hand technieken in budo vechtkunsten. Ook armworp technieken.
Tobi	Betekent: springen.
Tobi mae geri	Opwaartse sprong met trap.
Tobi yoko geri	Betekent: opwaartse sprong met zijwaartse trap.
Tobo waza	Technieken die op het hoofd worden uitgevoerd.
Todome no ichigeki	Betekent: laatste (zwaard) slag. Dit is een 'coup de grace' (genadeslag).
Tokui	Lievelingsworp, specialiteit.
Tokui waza	Voorkeurs technieken.
To ma	'Verre afstand'. De afstand van beide partners tot elkaar bedraagt drie à vier passen.
Tome ru	Stoppen.
Tome te	Stoppende hand.
Tomoe	Boog, draaiend.
Tomoe nage	Werpen met een grote cirkel.
Tomoe tsuki	Een cirkelvormige stoot.
Tori	In martiale kunsten de persoon die de aanval moet opvangen en die de partner (uke) werpt.
Tsubo	Vitale lichaamspunten.
Tsugi	Bij elkaar brengen, verbinden.
Tsugi ashi	Aansluitpas. Verplaatsing door het laten glijden van de voeten en zonder het ene been voor het andere te zetten.

Tsukami	Pakken, vastpakken.
Tsukami no kata	Oefeningen waarbij men wordt vastgegrepen.
Tsukami waza	Bevrijding technieken op klemmen, pakkingen en omvattingen.
Tsuke	Vastpakken, vastzetten.
Tsuki (of: Zuki)	Directe stoot naar een tegenstander.
Tsuki no bu	Individuele steek oefeningen.
Tsuki no kamae	Stand waarbij men klaar staat om tsuki (stoot) te maken.
Tsuki otosu	Neerslaan.
Tsuki uke	Betekent: stotende blok.
Tsuki waza	Betekent: stoot technieken.
Tsukomi	Duwen.
Tsukuri	Vorbereiden, de juiste houding aannemen.
Tsuparri	Stand houden. Oefenvorm die leert de aanvalskracht te weerstaan.
Tsure	Met iemand meegaan.
Tsuri	Opheffen, tillen in een ronde beweging.
Tsuri komi	Plotseling optillen van de tegenstander.
Tsuri komi goshi	Betekent: trekkende en oplichtende heup. Een judo werp techniek.
Tsurite	De tillende hand, de vissende hand.
Tsuyoi	Betekent: sterk.
Tuite	Pak- of grijp technieken, als aanvulling op de gewrichts manipulaties.

U

U	Rechts, rechterzijde.
Uchi	(1) Binnenwaarts, een inwaartse beweging (bv. uchi-kaiten-nage), (2) indirecte slag.
Uchi age	Hoge blokkering (boven het hoofd).
Uchi kaiten nage	Roterende of draaiworp langs de binnenzijde.
Uchi komi	Herhaald aantal malen inkomen van een techniek.
Uchi komi geiko	Training waarbij basisslagen worden geoefend.
Uchi komi no bu	Individuele slag oefeningen met stap.
Uchi mata	Binnenwaartse dijbeen worp.
Uchi mawari	'Draai in'. Met een draai instappen in de arm van de partner.
Uchi tegatana	Binnenwaartse zwaardhand.
Uchi tenkan	Inwaarts draaien.
Uchi uke	Wering van binnen naar buiten.
Uchi waza	Slag technieken.
Ude furi undo	Spin. Aiki-taiso oefening. De oefening leert hoe te cirkelen in elke richting en het gebruik van ki.
Ude gaeshi	Arm draai.
Ude garami	Gebogen armklem, de arm omstrengelen.
Ude gatame	Betekent: armklem.
Ude hishigi	Gestreckte armklem.
Ude juji garami	Techniek waarbij uke onder controle (gatame/osae) gehouden wordt door een kruislingse greep.

Ude juji nage	Techniek waarbij uke wordt geworpen door een kruislingse greep.
Ude kansetsu	Arm gewricht. Pijnlijke druk op de onderarm.
Ude kansetsu nage	Betekent: armklem worp. Een algemene benaming voor een worp die leidt tot dislocatie van het ellebooggewricht van de aanvaller, gedurende de actie.
Ude kime nage	Armklem worp. Worp met gestrekte arm. Zie ook 'tenbin-nage'.
Ude nobashi	Het spannen / uitrekken van de arm. Een katame (osae) waza.
Ude osae	Arm vastpinnen. Het vastpakken van de onderarm. Controle op de arm. Een katame (osae) waza.
Ude otoshi	Betekent: arm worp. Een sutemi techniek.
Ue (of: Uye)	Omhoog, boven.
Ueshiba juku	De naam van de eerste dojo van Morihei Ueshiba. De dojo bevond zich op de terreinen van de Omoto kyo in Ayabe.
Uke	(1) Ontvangen, verdedigen. Degene die aanvalt. Ook degene die geleid en geworpen wordt in de aanval. Uke ondergaat de techniek niet passief. (2) Blokkeren, in de zin van begeleiden van een aanval, een andere wending geven.
Uke dome	De houding waarbij uke in de hoogste stand is gebracht door tori bij een verdediging op een aanval.
Ukemi	Letterlijk: 'ontvangen met het lichaam'. In budo wordt ermee het valbreken bedoeld. In de aiki krijgskunsten vooral het valbreken door over de schouder(s) te rollen.
Ukemi san nen	Oud budo gezegde hetwelk betekent: 'het duurt drie jaar om je te bekwamen in ukemi (valbreken)'.
Ukemi waza	Valbreek technieken.
Uke nagashi	Betekent: vloeiende acceptatie. Concept om mee te gaan in de richting van de aanval.
Uke waza	Blok(kerings) technieken.
Uki	Zweven.
Uki waza	Betekent: zweeftechniek.
Undo	Oefening.
Ura	Binnenwaarts, innerlijk. Negatief, achterzijde. Negatief uitwijken door gebruik van tai-sabaki technieken, ter inleiding op het aanzetten van een techniek; richting: uitwaarts, achterwaarts. Zie ook 'tenkan'.
Ura ashi	Achterlangsloop. De voeten kruisen elkaar bij het lopen achterlangs.
Ura geri	Achterwaartse (cirkelvormige en/of opwaartse) trap.
Ura kata ha	Gevleugelde schouderworp.
Ura ken	Letterlijk: binnenwaartse vuist. Knokkels van de vuist. Een 'slag' met de achterkant van de vuist'. Zweeps slag.
Ura tsuki	Onderwaartse stoot.
Ura ude nage	Letterlijk: werp de arm binnenwaarts. Worp op de arm.
Ura yoko men uchi	Backhand draaislag (laterale slag) naar het hoofd.
Ushiro	Achter, achterwaarts.
Ushiro ashi geri	Achterwaartse trap.
Ushiro dori	Technieken tegen pakkingen van achter.

Ushiro dori tenkan ho	Achterwaartse pakking op beide polsen, gevolgd door een lichaams draai. Balansoefening in aikido.
Ushiro dori undo	Voor- en zijwaartse uitstrekking (aiki-taiso oefening).
Ushiro eri dori	Letterlijk: grijp de kraag achter langs.
Ushiro harai	Achterwaartse vegende slag.
Ushiro hiji dori	Vastpakken van de ellebogen van achteren.
Ushiro hiji kudaki	Letterlijk: verbrijzel (verpulver) de elleboog achterwaarts. Achterwaartse hand (pols) klem.
Ushiro hiki otoshi	Letterlijk: laat naar achter trekkend vallen. Achterwaartse aarde worp.
Ushiro kaiten ukemi	Achterwaarts rollen.
Ushiro kata dori	Vastpakken van de schouders van achteren.
Ushiro kata otoshi	Letterlijk: laat de schouders achterwaarts vallen. Snijworp. Omkering met snijhand, met worp op de schouders.
Ushiro katate dori eri (kubi) shime	Letterlijk: wurg de nek achter langs en grijp de pols. Het van achteren vastgrijpen van een arm of pols met één hand en omstrengeling / verwurging van de keel met de andere hand.
Ushiro katate eri dori	Vastgrijpen van de kraag van achteren.
Ushiro kiri otoshi	Achterwaartse snijworp.
Ushiro koshi nage	Achterwaartse heupworp aan de schouders.
Ushiro otoshi	Betekent: achterwaartse val.
Ushiro ryo kata dori	Letterlijk: grijp twee schouders achter langs. Vastgrijpen van de beide schouders van achteren.
Ushiro ryo sode dori	Letterlijk: grijp twee mouwen achter langs. Vastgrijpen van beide mouwen van achteren.
Ushiro ryote dori	Vastgrijpen van beide polsen van achteren.
Ushiro ryo tekubi dori	Vastgrijpen van beide polsen van achteren.
Ushiro shitate dori	Letterlijk: grijp achterwaarts onder de armen. Omvatting van achteren, waarbij de armen van tori niet zijn ingesloten.
Ushiro tekubi dori kotai undo	Achterwaartse uitstrekking (aiki-taiso oefening).
Ushiro tekubi dori - zenshin undo	Voorwaartse uitstrekking (aiki-taiso oefening).
Ushiro tenkan	Achterwaarts draaien.
Ushiro udoroshi	Een worp waarbij de aanvaller van achteren omlaag wordt getrokken (geworpen). Hetzelfde als: ushiro hiki otoshi. Een aikibudo werp techniek.
Ushiro ukemi	Achterover rollend uitgevoerde valtechniek.
Ushiro uwate dori	Letterlijk: grijp achterwaarts boven (= rond) de armen. Omvatting van achteren, waarbij de armen van tori zijn ingesloten.
Ushiro waza	Technieken die worden uitgevoerd bij een aanval van achteren.
Utsuri	Verplaatsen.
Utsuri goshi	Wisselende heupworp.
Uwa gi	De zware katoenen jas van de keiko gi (oefenkleding).
Uwa uke	Hoge blokkering.

W

Waki	De zijde, of lateraal. Oksel.
Wa no seishin	Letterlijk: vrede en een correcte geest. Andere benaming voor wat wordt bedoeld met kokyu ho.
Waraji	Sandalen van rijststro.
Wari	Betekent: split.
Warui	Slecht.
Watakushi	Ego, het zelf, het ik.
Waza	Techniek, vaardigheid.
Wu shu (Chinees)	Krijgskunst.

Y

Yaburi dojo	Betekent: een andere martial arts school bestormen. Heeft dezelfde betekenis als dojo arashi.
Yakusoku	Betekent: belofte of voorgearrangeerd.
Yaku soku geiko	Werptechnieken en houdgrepen in beweging.
Yaku soku renshu	Training waarbij van te voren wordt afgesproken wat voor technieken er geoefend gaan worden.
Yame	Beëindiging. Commando om te stoppen.
Yase	Mager.
Yasume	Rust.
Yatte mimasu	'Ik zal het proberen'.
Yawarakai	Betekent: zacht.
Yawarakaku	Zachtjes.
Yawara no michi	'De zachte of flexibele weg'. Japanse oude benaming voor jujutsu. Naar wordt gezegd de oudste vorm van ongewapend vechten in het oude Japan. In sommige vormen werd een korte stok gebruikt. In Japan wordt de benaming yawara nog wel gebezigd om jujutsu aan te duiden.
Yoi	Klaar, goed.
Yogi	Betekenis van een techniek.
Yoki	Het cultiveren van energie.
Yoko	Zijwaarts, vlak, horizontaal.
Yoko aruki	Betekent: zijwaarts lopen.
Yoko geri	Letterlijk: trap zijwaarts.
Yoko ichi mon ji	Horizontale lijn.
Yoko kubi shime	Verwurging van opzij.
Yoko men uchi	Zijwaartse diagonale slag naar het hoofd van de tegenstander. De slag wordt uitgevoerd met de zijkant van de hand (zwaardhand) of een wapen.
Yoko otoshi	Zijwaartse val met afslaan.
Yoko sutemi	Zijwaartse offerworp.
Yoko uchi	Zijwaartse slag.
Yoko ukemi	Zijwaarts rollend of vallend uitgevoerde valtechniek.
Yondan (of: Shidan)	Vierde dan.
Yonkajo	Vierde leer. Een term in gebruikt bij daito ryu aiki jujutsu.
Yonkyo	Vierde principe (tekubi osae).

Yoyu	'De marge,' alleen dat wat strikt noodzakelijk is.
Yu	Moed.
Yubi waza	Betekent: vinger technieken.
Yudansha	Dan - graad houder(s). Dan - graad houders onderscheiden zich van budoka met een kyu - graad door het dragen van een zwarte band.
Yuga	Betekent: elegant of gepast (bevallig).
Yugen	Betekent: dynamische rust. Een van de esthetische begrippen van 'Bu'.
Yuki	Dapperheid, sneeuwvlok.
Yuki chigae	Letterlijk: elkaar kruisen (passeren) zonder ontmoeting (confrontatie). Armklemworp. Worp met gedraaide arm naar de derde leer (sankajo).
Yuki otoshi	Betekent: sneeuwvlok val- of worp. Een aikibudo mestechniek.
Yukuri	Langzaam.
Yuru yaka ni	Vloeiend.
Yuyo semarazu	Een houding die rust en oprechtheid uitdrukt.

Z

Za	Zitten.
Za gi kokyu ho	Zittende ademkracht oefening.
Za ho	Manier van zitten. Ook: zittend uitgevoerde technieken.
Zanki	Het voornemen van een tegenstander om aan te vallen.
Zarei	Groeten, buigen vanuit zittende positie (seiza).
Zegoku itto	De snelste beweging is 'geen beweging'.
Zekken	Geborduurd (borst)embleem met de dojo naam en eventueel de eigen naam.
Zempo	Naar voren.
Zempo kaiten ukemi	Valbreken door middel van een losse val voorwaarts.
Zempo ukemi	Betekent: voorwaarts rollen, met afslaan.
Zengo undo	Twee richtingen oefening (aiki-taiso oefening).
Zenkutsu	Betekent: naar voren leunend.
Zen kutsu dachi	Voorwaartse of aanvalsstand. Gewichtsverdeling is 60 % op de voorste voet en 40 % op de achterste voet. Achterste been gestrekt, tenen naar voren. Van de voorste been is de knie gebogen tot boven de voet. Schouderbreed, diepe stand.
Zenshin	Betekent: het gehele lichaam.
Zentai	Betekent: totaal.
Zo	Een grammaticaal achtervoegsel met de betekenis: 'orgaan'. Een voorbeeld is: 'Shinzo', betekent hart orgaan.
Zoko	Betekent: aanhoudend vechten.
Zori	Japanse slippers, met een voetbed van gevlochten rijststro.
Zubon	Broek van katoenen stof. Deel van budo oefenkleding. Het woord komt oorspronkelijk van het Franse woord: 'jupon'.

Terminologie betreffende de wapen krijgstechnieken.

Namen en begrippen die zien op de technieken in de wapen krijgskunsten. In voorkomende gevallen is een omschrijving van een Japanse benaming gegeven, als een adequate vertaling niet kon worden gevonden.

A

Age	Lift of hef het zwaard.
Aiki jo ho	Aiki stok- of staf technieken. Aiki stok vechtkunst.
Aiki jo no sanjuichi kata	Aiki jo 31 tellen kata. De kata is samengesteld door Morihiro Saito. Saito trainde intensief met Morihiro Ueshiba de wapentechnieken van bokken en jo. Als gevolg daarvan ontwikkelde Saito ondermeer de 31 tellen jo kata. Saito geldt algemeen als een autoriteit op het gebied van de aiki wapentechnieken.
Aiki kempo	De in aikido gebruikelijke manier van oefenen met de ken wordt ook wel aangeduid met 'aiki kempo'.
Aiki ken ho	Aiki zwaardtechnieken.
Ai tsuki	Steektechniek met het zwaard naar het centrum van de tegenstander. De tsuka kan met een vlakke hand kracht worden bijgezet.

B

Bakken	Trekken van het zwaard.
Batto	Een andere naam voor iai.
Batto Jutsu	Kunst van het zwaardtrekken. De uitdrukking is equivalent aan de betekenis van Iai Jutsu. Bij Batto Jutsu evenwel is de slag- en stoottechniek onmiddellijk en direct in confrontatie met de vijand.
Bo Jutsu	Staftechnieken. Bojutsu wordt in de dojo geleerd als aanvulling op andere martiale kunsten. In de Japanse techniek die is afgeleid van de Chinese kan de bo ook door de handen glijden als ware het een biljard keu. De bo heeft een lengte van 160 tot 200 cm. en is 2,5 tot 3 cm. °.
Bokken to jo geiko	Partneroefeningen met de bokken en jo.
Buki ho	Betekent: methoden van het gebruik van wapens.
Buki waza	Wapentechnieken.

C

Chidori no ko gasumi	Gevechtshouding. Vanuit kamae met de linkervoet 45° naar voren instappen. De armen gekruist, de snijkant van het wapen schuin omhoog gericht. Zie ook: ko gasumi.
Chidori te ura gasumi	Gevechtshouding. Vanuit kamae met de rechtervoet 45° naar voren instappen. Het wapen wordt omhoog gebracht met de snijkant schuin naar boven. De armen worden zoveel mogelijk evenwijdig gehouden (als in tori-i). Zie ook: te ura gasumi.

Chin choku giri	Een rechte slag van boven naar beneden. Een slag die bij uitstek was geschikt om zwaarden op slagkracht te beproeven.
Choyaku suburi	‘Springzwaai oefening’. Het snel op en neer zwaaien van de shinai, terwijl er voor- of achterwaarts wordt gesprongen (kendo).
Chudan giri	Een slag op middel hoogte.
Chudan no kamae	‘Midden houding’. Positie waarbij het zwaard in de kamae houding op midden (borst) hoogte wordt gehouden.

D

Datto	Het zwaard uit de obi trekken
Do uchi	Snij naar de romp.
Do uke	Vang het wapen op dat ‘do uchi’ uitvoert (snij naar de pols).

E

Enbi gaeshi	Zwaluwstaartslag. Dit is een snelle opeenvolging van migi-en hidari kiri age.
--------------------	---

F

Furi kabute	Wapenen, ofwel opzwaaien van het zwaard.
Furi oshi uchi	Betekent: neerwaartse slag.
Futari no kumi jo	Stok technieken beoefenen met twee aanvallers.
Futari no kumi ken	Zwaard technieken beoefenen met twee aanvallers.

G

Gekken	Betekent: schermen of zwaardvechten.
Giri (of: Kiri)	Snijden. De katana, het zwaard van de samurai, is een instrument dat heel nauwkeurig wordt gehanteerd. Men slaat of hakt niet met de katana, men snijdt er mee.
Gyaku do	Do-slag naar de linkerkant van de tegenstander.
Gyaku gasumi no kamae	Gevechtshouding. Vanuit kamae met de linkervoet 45° naar achter uitstappen. Het zwaard wordt omhoog gebracht aan de rechter schouder, de kissaki wijst omlaag en de snijkant naar achteren.
Gyaku kesa giri	Diagonale opwaartse slag.
Gyaku no tachi	Het omgekeerd getrokken zwaard.
Gyakute nigiri	Tegengestelde pakking. Pakking op de jo, waarbij de voorliggende hand in een omgekeerde positie is. Dus waarbij de duim naar achteren wijst. De chi kontei wordt tussen de duim en wijsvinger gehouden.
Gogyo no seigan no kamae	Zie ook seigan no kamae.
Gogyo no tachi	De hogere technieken.
Gokui no iai jutsu	De geheime technieken van het zwaardtrekken.

H

Hachi no ji	Techniek met de jo; waarbij de jo wordt gedraaid in de vorm van het karakter acht.
Hakujin	Een getrokken zwaard. Blank zwaard.
Happo ken	Acht technieken.
Hangetsu no ken	Het zwaard van de halve maan.
Hara ate	Betekent: snijden naar de abdomen (lage onderbuik).
Hasso	Aandachtshouding. Zwaard of jo bij het hoofd.
Hasso gaeshi no bu	Individuele oefeningen op cijfer 8 bewegingen.
Hasso no kamae	‘Acht fasen houding’. Aandachtshouding. Gebezigd bij martiale kunsten als kendo en jodo. De ken of jo wordt hierbij rechtstandig omhoog gehouden boven de linker- of rechterschouder. Een oudere benaming is in no kamae.
Hassuji	Letterlijk: de lijn die de kling / lemmet van een zwaard volgt. Bedoeld wordt de lijn van de aanval.
Haya suburi	‘Snelle zwaai-oefening’. Zie ‘choyaku suburi’ (kendo).
Hibuki	Betekent: verborgen wapen(s).
Hidari gedan no kamae	Gevechtshouding met de linkervoet voorstaand. Het wapen wordt laag gehouden. Ook wel gyaku gedan genaamd.
Hidari kesa giri	Slag van rechts boven naar links onder.
Hidari kiri age	Slag van rechts onder naar links boven.
Hidari ma yoko giri	Horizontale slag van rechts naar links. De slag wordt vaak toegepast wanneer men is omringd door meerdere tegenstanders. Een zeer lastig toepasbare techniek.
Hidari nagare	Techniek met de jo. Gaat als volgt: een van rechts uitgevoerde cirkelvormige slag (gaeshi) met gelijktijdig een lichaamsdraai (tai-sabaki) van 180° linksom.
Hiki age	Met de bo opvangen van een aanval (op dezelfde wijze als te ura gasumi).
Hiki otoshi no kamae	Pakking met de jo opzij. De jo wordt in de houding waki no kamae gehouden. Dat wil zeggen, diagonaals naar achteren omlaagwijzend. De duimen van de handen wijzen omlaag.
Honte nigiri	Basispakking. De handen zijn in een natuurlijke pakking, d.w.z., handen in elkaars verlengde, circa 20 cm. uit elkaar. De duimen liggen beide aan de binnenzijde van de hand en wijzen naar voren.

I

Iai	Zwaardspel, zwaardoefening, zwaardkata. Een serie oefeningen in snij- en steektechnieken. Het trekken en gelijktijdig snijden en steken met het zwaard.
Iai do	Betekent: ‘de weg van het trekken van het zwaard’. Iaido bestaat uit precies uitgevoerde technieken voor het trekken en slaan of snijden en weer bergen van het zwaard. Iaido wordt zonder tegenstander beoefend. Iaido moet worden gezien als een Weg of Doel in tegenstelling tot Iai-jutsu dat meer is gericht op technische vaardigheden.

Iai goshi	Een vorm van voortbewegen op de knieën in kenjutsu. Op de manier zoals de shikko loop wordt toegepast. Het zwaard trekken, gehurkt op de linkerknie.
Iai hiza	Houding met één knie aan de grond, om snel zwaardtrekken mogelijk te maken.
Iai Jutsu	Letterlijk: ‘de kunst van het zwaardtrekken’. Solitaire zwaardtraining die gebaseerd is op snelheid en concentratie van het trekken van het zwaard en neerslaan van de tegenstander en vervolgens bergen van het zwaard. Oorspronkelijk maakte iai jutsu deel uit van de dagelijkse training van de samurai. De techniek van het zwaardtrekken omvat vier aspecten: nukitsuke = trekken van het zwaard; kiritsuke = het (toe)slaan en snijden; suburi = afslaan van het bloed van de kling en notto = het weer bergen van het zwaard in de schede.
Iai kisogeiko	Het oefenen van de basis vormen.
Ichi monji no kamae	De positie waarbij de jo horizontaal net boven het hoofd wordt gehouden, als op de wijze tori i.
In no kamae	Yin houding, aandachtshouding. In no kamae is een verdedigings houding van waaruit de tegenstander kan worden benaderd om snel en effectief toe te slaan.. Het zwaard wordt nagenoeg rechtstandig (lichtelijk achterover hellend) omhoog gehouden boven de rechterschouder. De snijkant van het zwaard is naar voren gericht.
Iai jutsu	De techniek van het zwaardtrekken.
Ishizuki	Techniek met de bo. Met het ondereinde van de bo wordt een aanval afgewend, of een aanval uitgevoerd.
Itto issoku no ma	‘Eén zwaard, één stap’. De afstand waar vandaan met één stap en één slag een punt kan worden gescoord (kendo).

J

Jippo ken	Tien richtingen slag (slaan), met het zwaard.
Jodan gaeshi	Een hoog uitgevoerde draai. Kan ook met de jo, die dan boven het hoofd wordt gedraaid.
Jodan no kamae	‘Hoge houding’: het zwaard wordt boven het hoofd geheven. Het wapen wijst schuin naar achteren. De onderhand is ter hoogte van het voorhoofd. Ook wel Hidari jodan no kamae genoemd.
Jodo	De weg van de jo of staf. Ook Japans stokvechten.
Jo dori	Verdedigen tegen stok/staf aanval. Stok/staf pakken.
Jo Jutsu	‘De kunst van de stok’. Stoktechnieken met de korte staf (jo). Er bestaan meerdere scholen / stijlen (ryu) in Jojutsu waarvan de Shindo Muso ryu de oudste is. Jo Jutsu werd ± 400 jaar geleden ontwikkeld.
Jo nage	Werp technieken met de stok/staf.
Jo no aiwase	Stokoefeningen met een partner.
Jo osame	Berg de jo, d.w.z. de jo in draaghouding nemen.
Juji dome	Techniek waarbij twee zwaarden worden gekruist om op deze manier een slag af te weren.

K

Kamae	Houding, (gevechts) positie. Letterlijk: voorbereiding, zich de juiste houding aanmeten. Kamaeru = fabriceren, bouwen, voorbereiden, op zijn hoede zijn. De kissaki wijst naar de keel van de tegenstander. De kashira is ter hoogte van de hara, een vuistbreedte van het lichaam. De rechterhand bij de tsuba, de linkerhand bij de kashira.
Kamae to seigan	Het wapen wordt getrokken, terwijl gelijktijdig twee passen voorwaarts worden gemaakt.
Kanzashi	Betekent: een haarpin. Een lange metalen naaldachtige pen om het haar op z'n plaats te houden. Werden wel gebruikt als verborgen steekwapen.
Karuma no kame	Letterlijk: wagenhouding, omdat het zwaard lijkt op een dissel die de wagen voortrekt. Een zwaard houding waarbij het zwaard horizontaal langs het lichaam wordt gehouden, met de punt naar achteren gericht. Zie ook: sha no kamae.
Kashira ate	Betekent: masker slag. Een algemene term voor elke slag waarbij de kashira (pommel) als wapen wordt gebruikt.
Kasso teki	De term voor een denkbeeldige tegenstander in iaido en iai jutsu. Altijd uitgaande van het eigen postuur. Het zwaard gericht op het centrum van de tegenstander.
Katana o motte	Trek het zwaard.
Katchu bujutsu	Krijgstechieken die er op zijn gericht om zich te verweren tegen tegenstanders, terwijl men is gekleed in een harnas (yoroi). Zie ook yoroi kumi uchi.
Kazu hazushi	Positie met de bo. De bo wordt horizontaal op ooghoogte gehouden. Met de rechterhand gaat men over het hoofd heen, alsof een hoedje wordt afgedaan (hoedje af).
Keito	Zelfde als teito shisei.
Kendo	'De weg van het zwaard'. Zwaard vechtkunst. Alle regels van het zwaard zijn van toepassing in kendo. Als wapen wordt echter een shinai gebruikt die is gemaakt van vier samengebonden bamboestrips. Uitrusting: men = masker, do = kuras, kote = handschoen ter bescherming van vuist en onderarm.
Ken dori	Zwaard pakkingen. Technieken om het zwaard te ontnemen van een tegenstander.
Ken Jutsu	Letterlijk: 'de kunst van het zwaard'. Zwaardmenschap / zwaardschermkunst. Ken jutsu is de zwaardschermkunst die op het feodale slagveld werd toegepast. Tegenwoordig wordt ken jutsu vooral in de vorm van kata beoefend. Als wapen wordt de bokken gebruikt. In ken jutsu wordt geen beschermende kleding gedragen. Uit ken jutsu is het kendo ontwikkeld.
Ken no aiwase	Partneroefeningen met de bokken.
Ken no kamae	Beginstand met zwaard technieken (zie chudan no kamae).
Ken no sen	De onmiddellijke aanval, men neemt het initiatief.
Ken no suburi	Solo zwaai (snij/slag) oefeningen met het zwaard.
Ken no tai sabaki	Lichaamsdraai oefeningen met het zwaard.

Kenshi	Iemand die zich bekwaamt in kenjutsu.
Ken zen isshin	Eenheid van het zwaard en zen.
Kenzen itchi	De staat waarin zen en de kunst van het zwaardvechten één zijn.
Kesa giri	Slag waarbij schuins/diagonaals wordt gesneden (geslagen). Genoemd naar de mantel van de boeddhistische monniken. De mantel wordt gedragen over de schouder. De slag volgt de lijn van de mantel; van de schouder naar beneden.
Kesa uchi	Een diagonale neerwaartse slag.
Ketsugo nigiri	Gecombineerde jo pakking. Dit is een combinatie uit de pakkingen honte- en gyakute nigiri. De voorliggende hand is gyakute nigiri en de achterliggende hand honte nigiri.
Kiri (of giri)	Snijden. De katana, het zwaard van de samurai, is een instrument dat heel nauwkeurig wordt gehanteerd. Men slaat of hakt niet met de katana, men snijdt er mee.
Kiri age	Een opwaartse slag (snijden) met het zwaard.
Kiri gaeshi	Het afwisselend links en rechts slaan. Ook 'uchi-gaeshi' genoemd.
Kiri komi	Leerlingkant. Degene die de aanval opent en aanvalt (aanvallende zijde).
Kiri no ken	Snij oefeningen met het zwaard.
Kiri otoshi	Neerwaartse slag.
Kiri otoshi waza	Technieken waarbij het zwaard van de tegenstander naar beneden wordt geslagen.
Kiri tsuke	Verticale zwaardslag. De snijdende slag.
Kissaki ma	De afstand (ma-ai) waarbij de twee zwaardpunten elkaar net raken.
Ko dachi no kata	Kata waarbij een kort zwaard wordt gebruikt.
Ko gasumi no kamae	Gevechtshouding. Vanuit kamae met de rechtervoet 45° naar achter uitstappen. De armen gekruist, de snijkant van het wapen schuin omhoog gericht.
Komi	Naderbij komen en snijden.
Kongo	Een zwaardhouding waarbij het zwaard verticaal voor het gezicht van de drager wordt gehouden.
Ko suburi	Manier om bloed van het zwaard te slaan. De beweging bestaat eruit dat het zwaard na de slag, met een korte snelle beweging schuin links omhoog wordt gebracht. Het bloed zal daardoor van de kling afzwaaien.
Kote age	Snijden (bv. naar de pols) in een opwaartse beweging.
Kote giri	Snijden naar de pols.
Kote uchi	Slag naar de pols.
Kubi giri	Snijden naar de nek.
Kumi jo	Stoktechnieken beoefenen met een partner (aite).
Kumi jo no ken	Staf/stok tegen zwaard technieken beoefenen.
Kumi ken	Zwaardtechnieken beoefenen met een partner (aite). Ook een klassieke manier van kendo beoefening.
Kumi tachi	Korte oefening voor twee partners, met het zwaard, bo of naginata. Kumi tachi is geen wedstrijd, maar een vorm van oefening.
Kumo giri ken	De wolken snijder.

Kusa nagi no ken	Het grassnijdend zwaard.
Kyuba no michi	Betekent: de weg van boog en paard. Dit is boogschieten vanaf een hardlopend paard. Een Heian- (793 - 1186) en Kamakura (1186 - 1336) periode uitdrukking voor krijgskunst waarden.
Kyudoka	Beoefenaar van het kyudo.
M	
Maki uchi no jodan	Slagtechniek met wapen. Het wapen (zwaard) wordt met de mune op de bovenarm gelegd, met de handen boven het hoofd (knokkels van de rechterhand op de haarlijn). De (rechter) voorstaande voet wordt bij de achterstaande voet getrokken en terwijl het lichaam wordt ingezet, snijdt het wapen naar het doel.
Maki wara	Oefendoelwit om de juiste techniek van het slaan met het zwaard aan te leren.
Massugu	Recht naar voren.
Matanuki	Een gebruik waarbij iemand zijn eigen dij doorboorde met een zwaard of een ander scherp voorwerp, als een demonstratie van moed.
Men	Directe slag naar voren of op het hoofd.
Migi jodan no kamae	Zie ook jodan no kamae. Doch in deze houding staat de rechtervoet voor.
Migi kesa giri	Slag van links boven naar rechts onder.
Migi kiri age	Slag van links onder naar rechts boven.
Migi ma yoko giri	Horizontale slag van links naar rechts. De slag wordt vaak beoefend als 'nuki uchi' door opeenvolgend het zwaard te trekken en de tegenstander het hoofd af te slaan.
Migi nagare	Techniek met de jo. Gaat als volgt: een van links uitgevoerde cirkelvormige slag (gaeshi) met gelijktijdig een lichaamsdraai (tai sabaki) van 180 ° rechtsom.
Migi no kamae	Verdedigingshouding met de rechtervoet voorstaand.
Migi gedan no kamae	Verdedigingshouding met de rechtervoet voorstaand. Het wapen wordt laag gehouden.
Migi waki no kamae	Gevechtshouding. 'Flank - houding'. De houding waarbij het zwaard links op heuphoogte naar voren wijzend wordt gehouden. De snijkant van het wapen wijst naar buiten. De voetenstand is migi kamae.
Misogi ken	Zwaard zwaai oefening, waarbij het ritme van de ademhaling in overeenstemming is met de oefening en waarvan het doel is de 'ki krachten' te ontwikkelen.
Moro te	Twee handen aan de tsuka.
Morote tsuki	Directe stoot met twee handen.
Moto uchi	Het slaan met het middelste of onderste gedeelte van het zwaard.
Mui ichi no ken	Slechts één zwaard.
Mukei no ken	Het zwaard van geen-vorm. Het zwaard heeft een vaste vorm, zoals ook de (zwaard) technieken. In mukei no ken

streeft de krijger ernaar technieken uit te voeren die geen vorm hebben, of die niet in een vaste vorm zijn te vangen. Letterlijk: 'geen zwaard'.

Muto

N

Naginata do

'De weg van het maaiende (oogstende) zwaard'. Hellebaard vechtkunst. Naginata do wordt vooral beoefend door vrouwen zowel als fysieke training als een sport. De beoefenaars dragen net als kendoka beschermende kleding. Punten kunnen worden verdiend met slagen naar het hoofd, voorarm en keel en de kin. Met een stoot naar de keel kan ook een punt worden verdiend. Er worden ook wedstrijden gehouden tussen vrouwen gewapend met een naginata en mannen met een zwaard.

Naginata Jutsu

Letterlijk: 'de techniek/kunst van het lange zwaard'. Naginata jutsu is de traditionele hellebaard vechtkunst van het slagveld. Later werd de naginata het gevreesde wapen van de vrouwen van de samurai. Uit naginata jutsu kwam het naginata do voort.

Naname buri

Het diagonaal op en neer slaan van het zwaard.

Naname kiri

Slag met het zwaard onder een hoek.

Naname uchi

Scheef. In diagonale richting slaan.

Naname okuri ashi

Schuins voorwaarts verplaatsen middels de aansluitpas. D.w.z. verplaatsing door het laten glijden van de voeten en zonder de ene voet voor de ander te zetten.

Niho zenshin zengo kiri

Twee stappen voorwaarts, draaien en snijden. Een basis oefening in de zwaardvechtkunst.

Nito

Twee zwaarden. Het vechten met het lange zwaard in de ene hand en het korte zwaard in de andere hand. De beroemde samurai Miyamoto Musashi was bekend om zijn vechtstijl met twee zwaarden. Ook in de Katori Shinto Ryu wordt nog geoefend met twee zwaarden.

Nobi

Concentratie van de bedoelingen (intentie) in de punt van het zwaard.

Notto

Bergen van het zwaard.

Nuke tsuke no ken

Trek het zwaard en steek.

Nuki kake

Zwaard trekken.

Nukimi dome

Blokkering op het trekken van het zwaard.

Nuki tsuke

Betekent: het trekken van het zwaard en in een gelijktijdige beweging slaan of snijden met het zwaard. Horizontale zwaardslag. Het is dezelfde techniek als: **Kiri tsuke**.

Nuki uchi no ken

Trek het zwaard en sla toe.

Nuki uchi no tachi

Trekken en toeslaan.

Nuki waza

Technieken waarbij de slag van de tegenstander wordt ontweken en direct naar een open plaats wordt geslagen.

Nu ni no ken

Nog twee zwaarden.

O

O gasumi no kamae	Gevechtshouding, aanvalshouding. Laat het zwaard iets vallen en kom direct in een snijbeweging weer omhoog, ha naar boven gericht. In de eindpositie ligt het zwaard recht voor het gezicht en men kijkt over de ha naar de tegenstander.
Okkachi dachi	Voorwaartse steek onder het zwaard van de aanvaller door en vervolgens het zwaard van de tegenstander tillen tot een te ura gasumi positie en in een rondgaande maki uchi aanval vervolgen.
Osame to	Betekent: berg het zwaard in de saya.
O suburi	Manier om bloed af te slaan van het zwaard. Deze techniek komt oorspronkelijk van de Omori ryu. De beweging bestaat eruit dat een krachtige cirkelvormige zwaai van rechts naar links achterlangs het hoofd wordt gemaakt.

S

Sage jo	Draaghouding van de jo. De jo is achter de arm, zodat de ten kontei tegen het schouderblad rust. De hand die de jo vasthoudt is ongeveer in het midden van de jo. De jo is in die positie lichtelijk diagonaals.
Saiumen	Zwaard oefening waarbij afwisselend links en rechts naar het hoofd van de tegenstander wordt geslagen.
Sakate ura otoshi tsuki	Binnenwaartse snede met de omgekeerde tanto.
Sakate ura yoko tsuki	Binnenwaartse stoot met de omgekeerde tanto.
Sakate ushiro tsuki	Dolkstoot naar het middenrif, waarbij het lichaam gedraaid wordt en de stootkracht vanuit de heupen voortkomt.
Sakate yoko giri	Directe snijbeweging met de omgekeerde tanto.
Sa ken	Slag naar links.
Sanpo-giri	Slag waarbij naar drie richtingen wordt gesneden.
Sasagakure no kamae	Aanvalshouding waarbij het zwaard op ooghoogte diagonaals naar achteren wijzend wordt gehouden. De linkerarm is recht naar voren gestrekt met de palm naar buiten gekeerd, als om de een aanvaller het zicht op het doel te ontnemen.
Sasu no kurai	De positie van het stekende zwaard (zwaardhouding).
Saya ate	Het opzettelijk aantikken van de saya van een andere samurai, zodoende een duel uitlokkende.
Saya banare	Betekent: de positie van de punt van het zwaard (kissaki) aan de koi guchi, de saya opening tijdens het trekken. De tijdstip waarop de zwaardpunt uit de schede komt. Vlak voor het toeslaan.
Saya biki	Betekent: de beweging van de schede (saya).
Saya no uchi no kachi	Betekent: overwinning in de saya.
Seigan (to)	Letterlijk: correct oog. Ook de stand waarbij de handen of het zwaard / bokken op middenhoogte wordt gehouden.
Seigan no kamae	Gevechtshouding. De stand waarbij het zwaard / bokken op middenhoogte wordt gehouden. De kissaki wijst naar de keel van de tegenstander. De rechtervoet staat voor en de

	linkervoet staat achter haaks op de voorvoet en vormen een rechte lijn.
Seigan no tachi	Het zwaard gericht op het open oog.
Seme te	Drukkende hand. Voorwaartse druk met de snijkant van het zwaard.
Sha no kamae	Gevechtshouding. Wijk met de rechtervoet naar hidari kamae, maar nu met de tenen achterwaarts gericht. Het wapen is verdoken op obi-hoogte. Snijkant van het wapen buitenwaarts en de kissaki naar achteren gericht.
Shibori	Betekent: wringen. Een wringende beweging van de handen naar binnen op de handgreep van het zwaard tijdens het slaan of steken.
Shigoite	De bo terugtrekken met de intentie om een aanval/slag uit te voeren.
Shiho giri	Snijbeweging(en) in de vier richtingen. Een basis aikido zwaard beweging. Morihei Ueshiba interpreteerde shiho-giri als shiho-hai (vier-richtingen-groet).
Shimeru	Wringen, samentrekken, draaien. In het iaido/kendo wordt ermee bedoeld dat de hoek van de handen waar de duim en wijsvinger samenkomen parallel is aan de bovenzijde van de tsuka (handgreep van het zwaard).
Shin no kamae	Gevechtshouding. Wijk met de rechtervoet naar hidari kamae, maar nu met de tenen achterwaarts gericht. Het wapen is op suigetsu-hoogte in de kromming van de linkerarm getrokken, de polsen zijn gekruist. De snijkant is opwaarts gericht en de kissaki wijst naar voren..
Shiraha	Getrokken zwaard (zie ook: hajukin).
Soe te tsuki	Steek waarbij het zwaard wordt ondersteund met de linkerhand.
So Jutsu	Letterlijk: 'de kunst/techniek met de speer'. Krijgstechnieken van het vechten met de speer.
Soto maki uchi	Afwerking met de jo. Een naar buiten (buitenwaarts) begeleidende afweer. De jo naar opzij slaan.
Suburi	(1) Slag-oefeningen met het zwaard of bo. (2) Afslaan van het bloed van het zwaard. In het Katori Shinto Ryu wordt een bijzondere manier gehanteerd om het bloed van het zwaard te verwijderen. Terwijl het zwaard met de linkerhand aan de kashira wordt vastgehouden maakt de rechterhand een snelle roterende beweging op het vrijgehouden deel van de tsuka. Het zwaard zal nu een snelle ronddraaiende beweging maken waardoor het bloed van het zwaard afzwaait. Deze techniek vereist evenwel een grote beheersing van het zwaard.
Suburi ho	Individuele zwaai-oefening met zwaard, bokken, jo of shinai.
Sumari	Zelfde als suwari gedan no kamae. Zie aldaar.
Sumesu	Blokkeren van het zwaard op chudan hoogte.
Sune uchi	Snijden naar het scheenbeen.
Suwari gedan kara torii	Gevechtshouding. Men maakt hiki en komt in suwari gedan. Het wapen wordt in positie torii gebracht.
Suwari gedan no kamae	Gevechtshouding. Men zit in linkse knielzit en het wapen wordt ter linkerzijde laag gehouden.

Suwari no tori i

Dit is een geknielde tori i. Zie ook tori i en suwari.

T

Tachi kaki

Het snelle zwaard trekken.

Tachi iai jutsu

Het trekken van het zwaard vanuit staande positie of lopend.

Tachi jutsu

Betekent: de kunst/vaardigheid van/met het Japanse oude zwaard.

Tachikaze

Zwaard wind. Het geluid dat het zwaard veroorzaakt indien er op snelle wijze wordt geslagen.

Tachi no kata

Kata met lange zwaarden.

Tachi no tori i

Dit is een staande tori i. Zie ook: tori i.

Tachi zue no kamae

Aanvalshouding met de bo. De bo is rechts van het lichaam en wordt op heuphoogte diagonaals omhoogwijzend vastgehouden.

Tai ken no kamae

Dit is het zwaard aan de linkerzijde ter hoogte van de obi. Kashira recht voor de knoop in de obi. Linkerhand aan de saya met de duim op de tsuba, iets rechts van het midden. Rechterhand op de voorzijde van het rechterdijbeen, vingers aaneengesloten. De voeten in V-vorm, de rechterhiel iets vóór de linkerhiel.

Taito

Bergen van het zwaard in de obi.

Tameshi giri

De kunst van het doorklieven met een zwaard. Zwaardtest.

Tamete masu

Wachthouding met de bo. De bo wordt op heuphoogte horizontaal voor het lichaam gehouden.

Tanto Jutsu

De kunst van het gebruik van en werpen met de dolk. Vechtkunst met het mes. Tanto jutsu werd door zowel mannen als vrouwen beoefend.

Tate hiza

Een manier van zitten, waarbij men zit op de linker knie, het zitvlak rust op het linkeronderbeen en de rechterknie is rechtstandig omhoog.

Tate nami no kamae

Aanvalshouding met de bo. De bo wordt vertikaal voor het centrum van het lichaam gehouden. De handpositie is één derde van bovenaf gerekend en de bo wordt gyaku vastgehouden.

Tate notto

Betekent: verticaal het zwaard in de schede bergen. Het zwaard wordt in de schede gebracht met de snijkant omhoog gericht.

Teito

Vasthouden van het zwaard, los, aan de linkerzijde. Ook wanneer het zwaard in de obi is gestoken en beide handen vrij zijn.

Teito shisei

Vasthouden van de bokken aan de linkerzijde, als was het in de obi. Duim op de tsuba.

Tenchi no kamae

Een houding of techniek waarbij het zwaard verticaal wordt gehouden, met één zijde omhoog gericht en de andere zijde omlaag.

Tenchi hasso no kamae

Een zwaard- of stafhouding waarbij het wapen verticaal naast het oor wordt gehouden.

Tenchi no kurai

De hemel- en aardepositie (zwaardhouding).

Ten no kamae	Houding met de naginata. De naginata wordt ter rechterzijde diagonaals gericht vastgehouden. Het snijblad is omhoog gericht met de snijkant naar voren.
Ten no tachi no kamae	Aanvalshouding, waarbij het zwaard verticaal voor het lichaam wordt gehouden. Het zwaard bevindt zich verticaal in de as van het lichaam. Tsuba op neushoogte.
Te no uchi	Dit is: (1) 'Binnenkant van de hand'. Positie van de handen. (2) Het knijpen van de tsuka.
Te ura gasumi no kamae	Gevechtshouding. Vanuit kamae met de linkervoet 45° naar achter uitstappen. Het wapen wordt omhoog gebracht met de snijkant schuin naar boven. De armen worden zoveel mogelijk evenwijdig gehouden (als in tori-i).
To jutsu	Een uitdrukking voor het gebruik van het lange zwaard (daito).
To ma katate uchi	Techniek met de jo. Met de jo in één hand uitgevoerde slag vanaf grote afstand.
Torei	Eer bewijzen aan het zwaard. Buigen naar het zwaard. In staande positie wordt het zwaard op ooghoogte gehouden. De tsuka is naar links gericht en de ha naar de drager toe. In seiza ligt het zwaard horizontaal voor de drager, tsuka naar links en de ha van de drager af.
Tori i	Een manier van opwaarts blokken en/of slaan en steken met het zwaard, waarbij één hand wordt gebruikt om de kling van het zwaard te ondersteunen. De mune van het zwaard rust daarbij op de palm van de hand. De snijkant van het zwaard is 45° naar buiten gekanteld naar de tegenstander. De letterlijk betekenis van het woord ziet op de snelle beweging van een vogelstaart, die vergeleken kan worden met de zwaardbeweging.
Tori i no kamae	Opwaarts blokkeren met het zwaard. Het zwaard is evenwijdig ter hoogte van het voorhoofd.
Tsuba zeriai	Positie waarbij de twee tsuba elkaar raken.
Tsuka ate	Stoot met de zwaardknop (tsuka gashira).
Tsuki	Frontale stoot (steek) naar de keel van de tegenstander. Met migi (rechts) instappen en gelijktijdig met de stoot de achterste (linker) voet bij de voorstaande voet trekken.
Tsuki no ken	Steek recht vooruit, waarbij belangrijk is dat niet met de handen wordt gestoken, maar met de inzet van het hele lichaam.

U

Uchi gaeshi	Afwisselend links en rechts slaan.
Uchi jo	Aanval met de jo.
Uchi ken	Aanval met het zwaard.
Uke dachi	Leraarkant. Degene die met het zwaard, speer, dolk, etc. de aanval(len) pareert en zich verdedigd (defensieve zijde)..
Uke jo	Het door tori accepteren van een aanval met de jo.
Uke ken	Het door tori accepteren van de aanval met het zwaard.
U ken	Slag naar rechts.

Ushiro tsuki

Achterwaartse steek / stoot, met de jo of het zwaard.

W

Waki dori no kamae

Gevechtshouding. De zwaard wordt op heuphoogte naar voren wijzend gehouden. De linkerhand ligt vlak op de mon uchi.

Waki no kamae

Gevechtshouding. 'Flank - houding'. De houding waarbij het zwaard op heuphoogte naar achteren wijzend wordt gehouden. De snijkant van het wapen wijst naar buiten. De voetenstand is hidari kamae.

Y

Yokomen do

Zijwaarts snijden naar de romp van de tegenstander.

Yoko suburi

Manier om bloed af te slaan van het zwaard. De stijl komt oorspronkelijk van de Hasegawa Eishin ryu. De techniek bestaat eruit dat het zwaard vanuit een stand recht vooruit, met een korte beweging ondershands naar rechts wordt gedraaid. Het bloed zal daardoor van de kling afzwaaien.

Yoko uchi

Zijwaartse slag.

Yoroi kumi uchi

Krijgstechieken die gekleed in een harnas (yoroi) worden uitgevoerd.

Yukiai gyaku nuki no tachi

Terugstappen en slag naar voren.

Yukiai migi chidori no tachi

Rechtsvoor zigzag lopend zwaard.

Z

Zengo

Voor- en achterwaartse richting.

Zengo chidori no tachi

Voor en achter zigzag lopend zwaard.

Zenshin kotai

Zwaaioefening waarbij 'men' wordt geslagen. Shomen suburi terwijl er met okuri-ashi voorwaarts en achterwaarts wordt gesprongen. Zie ook 'kiri-gaeshi'.



Buki.

Benamingen van wapens alsmede wapenuitrustingen, delen en toebehoren van wapens en de in de wapenhandel gebezigde terminologie. In voorkomende gevallen is een omschrijving van een Japanse benaming gegeven, als een afdoende vertaling niet kon worden gevonden.

A

Abumi	Betekent: de stijgbeugels van het zadel.
Aiki jo	Aiki stok- of staf.
Aiki ken	Aiki zwaard.
Aikuchi	Dolk met montering zonder stootplaat (tsuba). Veelal gedragen door vrouwen, verborgen in de kleding.
Arit	Sikkel in gebruik bij pentjak silat in Indonesië. De sikkel heeft een korte handgreep. Het blad is dikwijls uitbundig versiert met halvemaan vormige patronen.
Ashi	Letterlijk: 'voeten'. Kleine banen van zachter staal die uitlopen van de ji in de shinogi. Deze onregelmatigheden zouden dienen om het van het zwaard te beschermen tegen breuk.
Ashiko	Voethaken- of klauwen. Worden aan de voet bevestigd om het klimmen te vergemakkelijken. Konden ook eventueel in een gevecht worden gebruikt. Ashiko waren vooral in gebruik bij de ninja.
Awase toishi	Polijststeen om zwaarden en bijv. tanto te polijsten en te scherpen.
Azuchi	In de (kyudo) dojo de zijde waar de pijlen terecht komen. De dojo bestaat feitelijk uit twee delen. De (overdekte) dojo, die aan een van de lange zijden open is naar buiten en de 'azuchi'. Daar tussenin bevindt zich in veel gevallen een mooi aangelegde tuin. De azuchi is een overdekte zandheuvel, waar dicht boven de grond een aantal oefendoelen (mato) zijn geplaatst. De plaats vanwaar wordt geschoten heet 'shai'.

B

Bakuhatsu gama	Wapen bestaande uit een ketting met aan het uiteinde een sikkel en een houder om de bakuhatsu gama in mee te dragen.
Balisong	Vlindermes uit de Filippijnen.
Banko kuchoki	Een soort boksbeugel.
Bisen to	Een speerachtig wapen uit het feodale Japan dat werd gebruikt door ninja. Het bestond uit een staf met aan het uiteinde een breed (zwaard) blad. Vermoedelijk heeft een eerder Chinees wapen als voorbeeld gediend.
Bo	Betekent: hout. Lange houten staf; met een lengte van 160 cm tot 2 meter en ± 2,5 tot 3 cm ø.
Bogu	Beschermende uitrusting (kendo).

Bogu bokuro	Tas voor de beschermende uitrusting (bogu).
Bokken	‘Houten zwaard’. De bokken heeft het uiterlijk van de katana. De bokken was niet slechts een oefenwapen, maar werd door de feodale samurai daadwerkelijk in de strijd gebruikt. Ook in kenjutsu wordt met de bokken geoefend. In andere krijgskunsten dient de bokken voornamelijk als oefenwapen.
Bo kodachi	Een klein houten zwaard dat wordt gedragen bij de katana.
Boku	Boom, hout, gemaakt van hout.
Boku to	Ander type houten zwaard (zie ook bij bokken). Er wordt beweerd dat de naam is afgeleid van de naam van de befaamde zwaardmeester ‘Bokuden Tsukahara’.
Bo naginata	Een houten oefen naginata.
Boshi	Patroon van het harden aan de rand van de punt (kissaki).
Bo shuriken	Werpwapen als shuriken, maar dan met een langwerpige vorm (als een pen). Er waren er met één scherpe zijde maar ook met beide einden aangeslepen.
Bo tanto	Betekent: een houten oefenmes.
Bugukake	Betekent: een wapen standaard.
Buki	Wapen(s).
Buki kake	Betekent: een haak of standaard om wapens op te hangen.

C

Chien	Tweezijdig snijdend zwaard uit China. Wordt in vele Kung Fu stijlen gebruikt.
Chiga riki	Een ninja wapen bestaande uit een staf met daarin een ketting verborgen. De staf kon dienen als slag en steekwapen en de ketting werd gebruikt om een tegenstander te omwikkelen, ook als deze een wapen gebruikte.
Chiisa katana	Kort zwaard.
Chijirki	Krijgswapen, bestaande uit een stok waaraan, aan het uiteinde, een ketting met een bal is bevestigd. De chijirki is een variant op de kusari gama.
Chiku to	Bamboe schermzwaard.
Choji	‘Klaverblad bloesem’. Een harding patroon of in de vorm van klaver of champignons op het blad van het zwaard.
Cho ken	Lang zwaard. De minimum lengte van de kling van dit type zwaard is 84,8 cm.. De langst bekende kling meet 121,2 cm.. Ook de tsuka is extra lang. De langst bekende tsuka meet 60,6 cm.. De totale lengte van het zwaard met deze tsuka meet 178cm.. Met zwaarden van dit type wordt geoefend in de Kage ryu. Deze ryu heeft niets uitstaande met andere Kage of Shinkage ryu.
Chokokushi	Graveur. Het was gebruik om de naam van de zwaardsmid op de angel te graveren.
Choku to	Recht zwaard. Zwaarden uit de vroegste periode van de Japanse geschiedenis.

Chu-o Het middelste derde deel van het lemmet bij een zwaard of bokken.

D

Dachi (of: Tachi) Stand. Lang (ceremonieel) zwaard. Slagzwaard.
Dai katana Lang zwaard.
Dai kissaki Verlengde punt van het Japanse zwaard. Een dai kissaki wordt vooral aangetroffen bij zwaarden van de periode na 1700. De dai kissaki moet niet worden verward met mono uchi, dat is het (voorst) van het zwaard.
Dai mei Een zwaard vervaardigd door een leerling zwaardsmid met het signatuur van de meestersmid in de zwaardangel. Aangebracht met toestemming van de meester.
Dai sho 'Groot en klein'. Zwaarden-paar. Een kort en een lang zwaard. Werden in de gordel gestoken -uitsluitend- gedragen door de samurai gedurende de Shinto (nieuwe zwaard) periode. Een groot zwaard heet in deze uitvoering: 'dai-to' en een klein zwaard: 'sho-to'.
Dai to Lang zwaard met een lengte van meer dan 60 centimeter.
Datemono Helmtoken.
Dato tsubu Het bovenste deel van de shinai waarmee wordt geslagen (kendo).
Dogu Werktuig, uitrusting (kendo).

E

E Beschermplaat van een zwaard of tanto.
Ebira Pijlkoker.
Eboshi nari kabuto Een helm in de vorm van een hoed die aan het Keizerlijke hof werd gedragen.
Ekku Een houten roeispaan van de Okinawa eilanden. Werd soms benut als alternatief wapen in Karate scholen.

F

Fuchi Een ring van metaal of been, dienende ter versiering en versteviging van de tsuka. Gewoonlijk wordt de fuchi met de kashira als een paar vervaardigd voor het zwaard.
Fukiya Blaaspijp of blaasroer om pijltjes mee weg te blazen.
Fukko to Zwaarden in de koto stijl, doch vervaardigd in de Shin-shinto periode.
Fukura De scherpe zijde bij de punt.
Fukuro Hoes om zwaarden in op te bergen.
Fukuro shinai Een met leer beklede shinai.
Fusahimo Een koord met een kwast. Dient om wapenzakken dicht te binden.

G

Gendai to	Modern of hedendaags zwaard, in productie vanaf 1876.
Gi mei	Vervalste signatuur van een zwaardsmid op de angel van het zwaard.
Gunbai	IJzeren of houten oorlogswaaier uit Japan. In feodale tijden droeg de bevelhebber (daimyo) de gunbai als teken van waardigheid en autoriteit. Tegenwoordig heeft de scheidsrechter bij sumo wedstrijden een gunbai als teken van autoriteit.
Gun to	Modern militair (decoratief) zwaard, veelal met een metalen schede. Machinaal vervaardigd. De kwaliteit is meestal niet hoog.
Gusari (kusari)	Ketting.
Gusoku	Volledige wapenuitrusting voor de strijd op het slagveld.

H

Ha	De snede van het lemmet.
Hachi	Kom van de helm, dus zonder enige versiering.
Hachi maki	Doek die om het hoofd wordt gewikkeld onder het schermmasker (kendo). De doek dient om de transpiratie op te nemen en uit de ogen te houden.
Habaki	Losse kraag om de zwaardkling passend in de schede te fixeren. Dient tevens om het indringen in de saya van vuil en vocht tegen te gaan.
Haidate	Dijbeschermer (als onderdeel van het Japanse harnas).
Hakkaku bo	Een achtkantige metalen bo.
Hamachi	Zwaardkenmerk. Verhoging die de overgang aangeeft van de angel naar de zwaardkling (scherp van het zwaard).
Hami dashi	Dolk met kleine stootplaat.
Hamon	Het smeedpatroon in de geharde snede van de zwaardkling. Het smeedpatroon van de overgang van de ha (geharde snede) naar de ji (het bovenste zachtere deel van de zwaardkling).
Hanbo	Korte houten cilindrische stok, ± 70 cm lang en 2,5 cm ø. Letterlijk: 'halve bo'.
Han dachi	Zwaard (katana) met een gedeeltelijke tachi montering.
Happo shuriken	Achtpuntige werpster.
Hara ate	Onderdeel van het Japanse harnas, die alleen de voorkant van het lichaam beschermt.
Haramaki do	Een type harnas dat werd ontwikkeld tijdens de 14e eeuw. Dit type was doelmatiger dan voorgaande modellen. Het was van achteren open.
Hasaki	De rand van het zwaardblad.
Hashigo yari	Betekent: een ladder speer.
Hasshuku bo	Betekent: een 8 voeten stok / staf.
Heyazashi	Dolk (tanto) die in de kleding geborgen wordt gedragen.

Hi	Bloedgeul op het lemmet van het zwaard of tanto.
Hikai	In de (kyudo) dojo de plaats waar de schutter zich voorbereidt op het schieten. Het is meestal een wat verhoogde plaats, zodat men kan toezien om te leren. Er mag met mate worden gesproken.
Himo	De touwtjes of banden die de kendo uitrusting bij elkaar houdt.
Himo gatana	Stiletto.
Hinawa ju	Vuurlont vuurwapen (geweer).
Hira shuriken	Betekent: werpmes met een vlakke kling.
Hishi	Gedroogde waterkastanje. Werden door de ninja gebruikt als voetangels.
Hitsu ana	De twee gaten ter weerszijden van het centrale gat van de tsuba. Door beide gaten worden de kozuka (klein mesje) en kogai (haarnaald) gestoken.
Ho ate	Kin- en wangbeschermer (als deel van het Japanse harnas).
Ho ken	Tempelzwaard.
Hoko	Speer.
Hoko saki	De punt van de speer.
Ho no ki	Magnolia hout. Een saya is gewoonlijk van magnolia hout vervaardigd.
Horimono	Graving van een leus of patroon op de kling van het zwaard.

I

Iai to	Een speciaal voor Iaido of Iai-jutsu beoefening vervaardigd zwaard.
Igadama	Van scherpe pennen voorziene bal(len). Werden op de grond geworpen, met de bedoeling dat de vijand erop zou stappen.
Ishi bo	Een van steen vervaardigde staf (bo). Gevonden in verschillende archeologische vindplaatsen.
Ishizuki	De staak van de naginata.
Itaken	Betekent: breed zwaard.
Ito	Borduurwerk rond de handgreep van het zwaard. Naast versiering dient het ter versteviging van de montering van de handgreep op de angel. Tevens houdt het de menuki op z'n plaats.

J

Ji	Gedeelte van de kling boven de hamon.
Jigane	Het vlakke gedeelte tussen de richel (shinogi) en de snede van het zwaard.
Jimbaori	Oorlogs wapenrok of opperkleed.
Jingasus	Japanse kegelvormige naar het platte neigende helm met een brede rand. Dit type helm werd hoofdzakelijk gedragen door samurai van lage rang (ashigaru).

Jitetsu	De kleur en textuur van het staal als gezien op het oppervlak van de kling (ji), bij bv. het zwaard.
Jitte	‘Tien handen’. Politiewapen uit de feodale tijd: korte metalen kling met een beschermhaak aan de handgreep. Gebruikt om een zwaard te blokkeren. Zie ook ‘sai’.
Jo	(1) Plaats, (2) houten cilindrische staf ± 130 cm lang en ± 2,5 cm ø
Ju ken	Bajonet.

K

Kabura ya	Knolvormige punt op het uiteinde van een pijl, die geluid maakt tijdens de vlucht, met de bedoeling kwade geesten te verjagen.
Kabuto	De helm die werd gedragen door de samurai. De helm werd vervaardigd van dunne ijzeren plaatjes of gelakt leer en werd op het hoofd vastgemaakt met zijden koorden of banden. Ze waren veelal gedecoreerd met een ingewikkeld helmteken. De Heian- en Kamakura periode samurai droegen vaak sierlijke helmen die waren vervaardigd om pijlschoten te neutraliseren. In de 16e eeuw waren de helmen van een eenvoudiger en goedkoper makelij, van acht aan elkaar bevestigde plaatjes, genaamd: hachi mai bari.
Kagi yari	‘Sleutelspeer’. Een Japanse speer met aan het uiteinde naast de punt nog een hoekvormige punt (als de jitte). De kagi yari diende vooral om het wapen van de tegenstander te blokkeren. Het wapen was vooral in gebruik bij de Japanse politie.
Kagitsuki naginata	Een naginata (hellebaard) voorzien van een korte dwarsbalk.
Kai gun to	Moderne marine zwaarden.
Kai ken	Een korte dolk met een snijgedeelte van ± 15 cm. De dolk werd gedragen door vrouwen, op dezelfde manier als mannen een zwaard droegen. Als vrouwen seppuku pleegden werd dit gedaan met de kaiken.
Kaji	Zwaardsmeden.
Kake (of: Gake)	Betekent: haak of standaard.
Kaku obi	Een brede band die om de middel wordt gedragen om wapens in mee te dragen.
Kakushi buki	Verborgen wapens. Daaronder worden o.a. gerekend de ryofundo kusari (verzwaarde ketting) en de banko kuchoki (een soort boksbeugel).
Kama	Landbouwsikkel van Okinawa. Door de krijgers van Okinawa werd de kama zo gewijzigd dat het als oorlogswapen tegen de Japanse overheersers kon worden gebruikt. Vandaag de dag wordt in het Okinawaanse karate nog met de kama geoefend, voornamelijk kata.
Kama yari	Sikkelspeer. In plaats van een punt heeft de kama yari een sikkel gemonteerd op een staf, met de punten naar voren stekend.

Kansashi	Lange haarpen. Door Japanse vrouwen, vooral geisha's, in het haar gedragen. Varieerden in lengte van 12 tot 16 cm en bijna 5 mm dik. Een kansashi kon indien nodig een geducht wapen zijn, in staat om de borst of keel van een aanvaller te doorboren.
Kantei	De studie en beoordeling van zwaarden.
Kashira	Betekent: kop. Sierknop van been of metaal aan het gevest van het zwaard. De kashira vormt met de fuchi gewoonlijk een eenvormig paar.
Katana	Zwaard met een éézijdig snijdende kling, met een lengte van meer dan 60 cm.. Wordt in de gordel gestoken meegedragen, met de snijkant naar boven gericht. Meestal tezamen gedragen met een wakizashi als dai sho (zwaardenpaar). De katana verving de tachi in het midden van de Muromachi periode (1392 - 1573) en was in gebruik tot het eind van de Edo periode (1603 - 1868).
Katana kake	Zwaardrek voor één of meer zwaarden.
Katana kaji	De term voor zwaard smid. De status was de hoogste van de handwerks klasse.
Katana mei	De naam van de zwaardsmid, woonplaats en de datum van vervaardiging van het zwaard, gegraveerd aan de buitenzijde van de zwaardangel (indien gedragen in de band met de snede van het zwaard omhoog gericht). De inscriptie is onmisbaar ter beoordeling van kwaliteit, waarde en leeftijd van het zwaard.
Katana togi	Betekent: zwaardpolijster. Deze handwerksman sleep en polijste het zwaardblad.
Keibo	Een houten wapenstok. In gebruik bij de politie.
Ken	Recht zwaard uit het vroege Japan, met dubbele snede. Wordt vervangen door de Tachi in de Heian periode (793 - 1186).
Kissaki of kensen	De punt van het zwaard.
Kitae	Betekent: smeden.
Kizu	Defecten in een zwaard, veroorzaakt door smeedfouten.
Ko dachi	Letterlijk: klein zwaard. Voorloper van de wakizashi. De lengte van de ko dachi kon liggen tussen de 30 en 45 cm.. Heeft dezelfde montering als een tachi.
Ko dogu	Beslagwerk voor zwaarden als kogai, kozuka, fuchi tsuba en kashira.
Kogai	Haarnaald, gedragen in sommige schede's van zwaarden en tanto's.
Kogai hitsu ana	Het gat aan de rechterzijde van het centrale gat van de tsuba.
Ko gatana	Letterlijk: 'klein zwaard'. Kort mes met een ring of gat aan het eind van de handgreep. Wordt gebruikt als een naald om een koord te trekken van de afgescheiden nek naar de mond van een verslagen vijand, zodat het hoofd kon worden meegedragen. De kogatana had een eigen bergplaats in de saya van het zwaard (zie ook: 'kozuka').
Koiguchi	Betekent: karper mond. Opening van de saya (zwaardschede). Zie ook 'kuchi-gane'.

Kojiri	Metalen versiering aan het uiteinde van de zwaardschede (saya). Diende tevens ter versteviging en bescherming van de saya.
Ko ju	Oud(e) vuurwapen(s).
Konsai bo	Een staf (bo) van hout, versterkt met ijzeren strippen, of noppen.
Kontei	Uiteinde van de jo. De jo kan in drie parten worden onderverdeeld, te weten: ten kontei = het uiteinde, chi kontie = de onderkant, chukon bu (jin) = het middendeel.
Koshi gatana	Korte dolk. Een kort zwaard, normaal tussen de 30 en 60 centimeter lang.
Koshirae	De complete montering van een zwaard, met inbegrip van: de saya, tsuba, tsuka, menuki, habaki, kashira, sageo en andere onderdelen.
Ko tachi	Kort zwaard.
Kote	(1) Beschermhandschoenen die bij kendo worden gedragen. (2) Ook één van de plaatsen om in kendo aan te vallen.
Koto	Oude zwaarden van voor 1003, of alle zwaarden vervaardigd voor 1596.
Ko tsuka	Betekent: kleine greep. De naam van de handgreep van een kogatana, een klein mes dat in de saya wordt gedragen.
Ko wakizashi	Een halflang zwaard met een lemmet korter dan 40 cm..
Kozuka	Letterlijk: 'klein heft'. Mesje dat soms wordt gedragen in zwaarden en tanto. Technisch gesproken wordt ermee bedoeld de handgreep van een kogatana, maar het woord wordt ook wel gebezigd om te refereren aan het mes zelf.
Kozuka hitsu ana	Gat in de vorm van een halve maan ter linkerzijde van het centrale gat van de tsuba.
Kuchi gane	Metalen ring rond de opening van de saya. Zie ook 'koi-guchi'.
Kunugi	Eik. De bokken wordt gewoonlijk vervaardigd van het hout van de eik. Vooral omdat eiken een harde houtsoort is, met een dichte structuur. Er zijn twee soorten eiken, rode eiken (aka kunugi) en witte eiken (shiroi kunugi).
Kura	Japans zadel.
Kuri gata	'Kastanje vorm'. Het benen of metalen oog op de saya (zwaardschede) waaraan de sageo (koord) wordt bevestigd.
Kusari (of gusari)	Ketting.
Kusari fundo	Een drie of zes voet lange ketting met een gewicht aan elk eind. Werd (als een lasso) naar de vijand geworpen en wikkelde zich om de ledematen, waardoor deze buiten gevecht werd gesteld.
Kusari gama	'Ketting en sikkkel kunst'. Krijgswapen, bestaande uit een ketting met aan het ene uiteinde een sikkkel en aan het andere uiteinde een loden bal.
Kuwagata	Decoratieve hoorns die soms op de Japanse kabuto zijn bevestigd.
Kyotetsu koge	Een soort dolk met dubbel lemmet, waarvan er één is gebogen. Favoriet wapen van de ninja. Aan de handgreep wordt een lang koord met een ijzeren ring bevestigd. Het

koord dient om rond de armen of benen van een tegenstander te kunnen werpen om hem uit te schakelen. Het ene gebogen lemmer dient als haak om over een muur te werpen en via het koord omhoog te klimmen en zo een vijandelijk doel binnen te komen.

M

Mae date	Helmornament (deel van Japanse kabuto).
Maki ito	Leren, zijden of katoenen koord dat is gewikkeld om de handgreep van een zwaard.
Maki wara	Betekent: gevouwen stro. Een strobundel gebruikt in krijgskunsten als kyudo, kendo en karate - do als doelwit.
Mamoru gatame	Een namaak (kinder) zwaard versierd met brocade versiering, voor jongens van samurai beneden de vijf jaar. Dit zwaard kreeg het kind tijdens een initiatie feest waarbij het werd geïntroduceerd in de krijgersklasse.
Manriki gusari	‘Tien duizend krachten ketting’. Ketting van ongeveer 4 meter lengte met massieve stukken metaal aan de uiteinden. Dit wapen werd ontwikkeld door Masaki Toshimitsu, een samurai uit de 18 ^e eeuw, die met de manriki gusari de toegang tot Edo (nu Tokyo) bewaakte. Op Okinawa staat het wapen bekend onder de naam Surushin (verzwaarde ketting).
Mei	Handtekening. De signatuur van de zwaardsmid in de angel.
Mekugi	Een kleine houten pen die de zwaardkling verzekerd in het gevest (tsuka).
Mekugi ana	Eén of meerdere gaten in de angel van de zwaardkling, waar doorheen de mekugi kan worden gestoken om de tsuka aan de kling te bevestigen.
Mekugi nuki	Kleine koperen hamer die dient om de mekugi te verwijderen uit- of te bevestigen in de zwaardkling.
Mempo	Gezichtsmasker (onderdeel van het Japanse harnas). Bedekte alleen het onderste deel van het gezicht.
Men gane	IJzeren traliewerk van de men (kendo).
Men himo	De koorden waarmee de helm wordt vastgemaakt.
Menuki	De op de handgreep van het zwaard bevestigde ornamentjes.
Mete zashi	Een dolk die op de rechterheup werd gedragen. De zgn. Hollandse ‘nierdolk’ diende daarbij als voorbeeld.
Metsubushi	Verblindingspoeder. Werd de vijand in de ogen geworpen. Sommige poeders hadden een tijdelijk verblindend effect, andere bewerkten permanente blindheid.
Mi jikai mono	Korte wapens welke in de kleding geborgen konden worden megedragen, bijvoorbeeld tanto en kansashi.
Mimi	De rand van de tsuba.
Mizu gumo	‘Water spin’ Een toestel om over water te kunnen lopen. Het bestond uit vier stukken hout in een cirkel met elkaar verbonden. In het open midden werd met koorden een stuk rechthoekig hout ter grootte van een voet bevestigd. Met zo’n toestel aan elke voet kon een ninja aldus rivieren en meren overbruggen.

Mochi yari	Soort speer.
Mokuju	Houten geweer met bajonet. Wordt mee geoefend in jukendo.
Mon fat jong (Chinees)	‘Veel technieken toestel’. Een bij kung fu in gebruik zijnd toestel om slagen, stoten en trappen te oefenen. Het toestel heeft grofweg de omvang van een menselijk lichaam. Het toestel kan om de as draaien. De romp heeft uitsteeksels als armen en een enkel gebogen been aan de basis. Het ‘hoofd’ is beweegbaar.
Mono uchi	Het gedeelte van de zwaardkling tussen kissaki en een derde van het lemmet. De monouchi is het gedeelte van het zwaard waarmee wordt gesneden. In het midden daarvan bevindt zich het punt van de inslag. Tijdens het hardingsproces werd daaraan veel zorg besteed.
Morooha	Tweesnijdend. Ook wel ‘ryoba’.
Mune	De rug van de zwaardkling.
Mune-machi	Zwaardkenmerk Verhoging die de overgang markeert van de angel naar de rug van de kling.
Muso to	Zwaardkling zonder montering, de naakte kling.

N

Nagai mono	Lange wapens, bijvoorbeeld katana's, naginata etc..
Nagamaki	Zwaar uitgevoerde naginata, met een gebogen zwaardblad.
Nagasa	Lengte van de kling, gemeten over de rug (mune).
Nage deppo	Granaten.
Nage yari	Betekent: werp speer. Een kort model werpspeer van circa 45 centimeter, en een puntgedeelte van circa 13 centimeter. Achter de speerpunt worden kwastjes bevestigd om een betere stabiliteit te bewerkstelligen. Worden geworpen met de hand. Er zijn verschillende manieren van werpen, zoals: onder- of bovenhands. De nage yari kan worden beschouwd als een soort werpmes (shuriken).
Naginata	Letterlijk: ‘tweezijdig snijdend snoeimes’. Lange houten staf met aan het uiteinde een zeer scherpe kling. De naginata werd op het slagveld vooral gebruikt om kniegewrichten van paarden door te hakken. Wordt nu in de vorm van naginata-do vooral door vrouwen beoefend. In de oude ryu was dit echter niet zo.
Nakago	Zwaardangel.
Nakago ana	Centrale gat van de tsuba waardoor de nakago (zwaardangel) steekt.
Nakago jiri	Ondereind van de zwaardangel.
Nakajime	Leren riempje over het bovenste gedeelte van de shinai. De nakajime verbindt de tsukakawa met de sakikawa.
Nakayui	De naam voor de midden knoop, die de bamboestaven van de shinai bij elkaar houdt.
Nawa	Betekent: a touw of koord.

Nihon kaji sosho	Japans meester zwaardsmid.
Nihon to / Nippon to	Japanse zwaarden, met inbegrip van: naginata, yari, tachi, katana, wakizashi, tanto, etc..
Ninja to	Zwaard van de ninja. Het was zeer functioneel en kende geen enkele versiering. De schede was langer als het blad en kon dienst doen als snorkel, trede, knuppel, blaaspijp en opbergplaats. Het handvat van het blad was groter dan normaal en kon dienst doen als opstap om over hoge muren te klimmen. In het handvat van het zwaard was een koord geborgen, dat kon dienen om het zwaard omhoog te halen als de ninja eenmaal op de muur zat. Verder kon het koord voor allerlei doeleinden dienen, wurgen, binden, etc..
No dachi	Een model lang zwaard.
Nunchaku	‘Houten dorsvlegel’. Vlegel om graan of rijst te dorsen, bestaande uit twee hardhouten delen verbonden met een korte ketting, of een koord van mensen- of paardenhaar. Tijdens de Japanse overheersing van Okinawa werd de nunchaku ontwikkeld als krijgswapen. Wordt gebruikt als slag- en stootwapen, of om slagen mee op te vangen of te blokkeren. De houten delen zijn van gelijke lengte. In plaats van hardhout wordt tegenwoordig ook wel licht hout of zelfs plastic gebruikt voor de nunchaku.

O

O naginata	Grote hellebaard.
Ono	Strijdbijl.
Oshigata	Eeuwenoud gebruik van bestuderen en beoordelen, alsmede catalogiseren van het Japanse zwaard. In zijn oorspronkelijke vorm werd het gedaan door dun rijstpapier op de angel of het gehele zwaard te leggen en daarover te wrijven met een inktsteen. Aldus konden inscripties op het zwaard worden ontdekt en beoordeeld.
O suriage	Een zwaard dat bij inkorting zijn angel geheel heeft verloren.
O tachi	‘Groot zwaard’.

R

Rokushaku bo	Lange hardhouten staf met een lengte van zes voet (\pm 1.83 mtr.). Wordt vooral mee geoefend in het Okinawa karate.
Ryoba	Tweesnijdend. Ook wel ‘moroha’.
Ryofundo kusari	Verzwaarde ketting.
Ryoto	Twee zwaarden.

S

Sageo	Het aan de kurikata (knop op de saya) bevestigde zijden of katoenen koord dat dient om het zwaard te verzekeren aan de obi.
--------------	---

Sai	IJzeren steekwapen met twee dwarshaken, met een lengte variërend van 35 tot 50 cm.. De sai was vooral in gebruik als politiewapen. De haken aan de sai dienen om een aanval met een zwaard of stok mee op te vangen, of zelfs te breken in de aanval (zie ook 'jitte'). De kling van de sai moet even lang zijn als de onderarm van de gebruiker. Men veronderstelt dat de sai is ontwikkeld uit de getande (hooi) vork in de feodale tijd toen Japan de Ryukyu eilanden (Okinawa) overheerste. Tegenwoordig wordt met de sai nog geoefend in de gevorderde technieken van het Okinawa karate.
Saidan mei	Inscriptie op de angel van een zwaard die het resultaat van een snijtest aangeeft.
Saki kawa	Leren dopje op de punt van de shinai (kendo).
Saki gomui	Rubberen dopje op de punt van de shinai (kendo).
Saku	Vervaardigd door / van
Same	Huid van de haai of rog. Wordt gebruikt om de handgreep van zwaarden te omwikkelen voor een betere greep op het wapen.
Same kawa	Geprepareerde rogge- of haaienhuid, van het gedeelte tussen de staart en rugvin. Dient ter versteviging en verfraaiing van het gevest van het zwaard.
San cha	Chinees wapen dat bestond uit een lange staf met aan het uiteinde een drietand.
San chet kwon	Nunchaku bestaande uit drie houten of metalen delen verbonden met een ketting.
Saya	Zwaardschede. Meestal vervaardigd van magnoliahout en versierd met lak en metalen ornamenten.
Saya guchi	De schede opening, versterkt met een metalen of benen ring.
Saya shi	Schede (saya) maker.
Sayatsuki bokken	Houten oefenzwaard (bokken) in een zwaardschede (saya).
Seppa	De ovale messingplaatjes ter weersijden van de gemonteerde tsuba. De seppa dienen om het rammelen van de tsuba te verhinderen.
Seppa dai	Het ovaalvormige gedeelte van de tsuba hetwelk wordt bedekt door de seppa.
Shaken	Een werpmes. Valt onder de categorie van shuriken. Soms ook bekend als de Ninja werpster. Oorspronkelijk waren er wel tien vormen van werpsterren. Shaken zijn er in de vormen: kruisvormig, vier, zes, acht en tien puntig, driehoekig, swastika gevormd, hexagonaal, pentagonaal en driepuntig.
Shikoro	Nekbedekking (deel van de Japanse kabuto).
Shinai	Een uit repen bamboe samengesteld oefenzwaard.
Shinai bukuro	Tas voor de shinai.
Shikomi zue	Wandelstok met een verborgen zwaard (vergelijk de Europese degenstok).
Shinken	Het levende of scherp stalen zwaard.

Shinobi gatana	Betekent: een moordenaars zwaard. Een alternatieve benaming voor een Ninja recht type zwaard.
Shinobi zue	Jo (korte houten staf) verzwaard met een ketting. Wordt gebruikt door ninja.
Shinogi	Platte verhoogde zijde van het zwaard. Ook de richel tussen de rug van het zwaard en de snede. Tevens het deel waarop de energie van een aanvallend zwaard weggeleid wordt
Shinogi-ji	Dat deel van de zwaardkling, boven de richel (shinogi).
Shinsakuto	Nieuw vervaardigd zwaard.
Shinto	Nieuwe zwaarden. Zwaarden die zijn vervaardigd tussen ongeveer 1596 en 1800.
Shin shinto	Nieuwe nieuwe zwaarden. Zwaarden die zijn geproduceerd tussen ongeveer 1800 en 1870. Zwaarden van na 1870 worden genoemd naar (jaar) periode, bijvoorbeeld Meiji, Taisho of Showa. Moderne zwaarden worden gendaito genoemd, waaronder sommige uit de Showa periode. Deze benamingen zien niet op door machines geproduceerde zwaarden als gunto en kaito. Alleen zwaarden van voor 1870 kunnen terecht worden aangeduid als samurai zwaarden.
Shirasaya	Houten saya. In een shirasaya werd een ongemonteerd zwaard bewaard.
Shoto	Kort zwaard, met een lengte tussen de 30 en 61 cm.. Een andere benaming is wakizashi.
Shoto wakizashi	Betekent: kort zwaard .Normaal heeft het een lengte tussen de 30 en 60 centimeter.
Shuko	IJzeren band met scherpe punten, die om de hand werd gedragen. Aldus gedragen kon een ninja muren en bomen beklimmen, alsook met de shuko bijvoorbeeld een schildwacht aanvallen.
Shuriken	Betekent: geheim zwaard. Werpwapens. Veelal kleine scherpe ijzeren voorwerpen, in de vorm van kraaienpoten, driehoeken, zes- of achtpuntige sterren, etc..
Sode	Oorspronkelijk de armbescherming van het harnas, later verruimd naar mouw.
Sode zutsu	Houten kanon.
Sokui	Rijst lijm. De lijm wordt gebruikt om de houten delen van de zwaardhandgreep aan elkaar te lijmen.
So men	Een masker dat het gezicht geheel bedekt. Onderdeel van het Japanse harnas.
Sori	Kromming (diepte) van het zwaard.
Suburi to	Een bokken speciaal vervaardigd voor suburi oefeningen.
Sune ate	Scheenbeenbeschermers (als onderdeel van het Japanse harnas).
Suriage	Zwaard met een verkorte angel, vaak als gevolg van het verkorten van het betreffende zwaard.

T

Tachi (of: Dachi)	Lang gebogen zwaard met diepe kromming (sori). Vooral gebruikt door samurai vanaf de rug van het paard. Wordt hangend gedragen, met het scherp van het zwaard naar beneden gekeerd. De lengte van het zwaard lag tussen de 65 en 70 centimeter. Was in gebruik gedurende de Heian- (793 - 1186) en een deel van de Muromachi periode (1392 - 1573).
Tachi kake	Houten standaard waarop de tachi kan worden geplaatst.
Tachi mei	De kant van het zwaard waarop de zwaardsmid zijn signatuur heeft geplaatst.
Taiho	Betekent: een kanon.
Tambo	Korte houten stok van ± 30 tot 50 cm lang en 2,5 cm ø.
Tanegashima	Vuurlont musket dat bekend is geworden onder de naam van het eiland waar het voor het eerst werd geïntroduceerd in Japan. In 1543 landde een Portugese handelaar op het eiland die enige musketten bij zich had. Hij demonstreerde het musket voor de gouverneur van het eiland, die onmiddellijk de waarde ervan inzag. Het verhaal wil dat de handelaar het vuurwapen niet wilde verkopen, maar uiteindelijk ruilde voor de schone dochter van de gouverneur. In de oorlogvoering in Japan heeft het musket nooit een overheersende rol gespeeld. Die voorname bleef voorbehouden aan het zwaard.
Tanken	Mes, ook wel tanto.
Tanko	Een model harnas uit de Kofun (voor historische) periode van de Japanse geschiedenis.
Tanren ken	Een zwaard met een zwaar uitgevoerd lemmet.
Tanto	De Japanse dolk, met een lengte korter dan 30 cm..
Tare	Heup- en kruisbeschermer.
Tasuke	Koorden om de mouwen van de kimono op te binden, bij zowel het werk als het gevecht.
Tekemitsu	Imitatie zwaard van bamboe. Vooral gedragen door arme werkloze samurai (ronin), bij gebrek aan beter.
Tenugui	Doek die onder het schermmasker (in kendo) wordt gedragen. De doek dient vooral om het zweet te absorberen, doch geeft ook extra bescherming tegen slagen op het hoofd.
Teppo	Vuurlontmusket.
Tessen	IJzeren waaier. Wordt ook gebruikt als wapen. Soms gedragen door hoog geklasseerde samurai als teken van autoriteit.
Tetsu bishi	Voetangels of kraaienpoten. Tetsu bishi werden gestrooid om verwarring te veroorzaken onder achtervolgers en die te verwonden.
Tetsubo	Lange ijzeren staaf. IJzeren bo.
Tetsu ken	(Koperen) boksbeugel. De tetsu ken had extreem scherpe randen, met het doel de tegenstander ernstig letsel toe te brengen.
Tetsu yari	Stalen speer.
Te yari	Korte speer tussen 91 centimeter en 1.21 centimeter lengte.

To	Zwaard met sori en een enkele snijkant.
Togi	Polijsten van het zwaard. Dit gaat verder dan alleen het aanscherpen van het zwaard. Het is tevens de finishing touch zodat het zwaard in alle opzichten mag worden gezien.
Toki	Betekent: klim voorwerpen.
Toko	Zwaardsmid- smeden.
Tonfa	'Handel'. Techniek van Okinawa. Een 45 à 50 cm lange eikenhouten stok bevestigd aan een molensteen om soja te malen. Op $\frac{3}{4}$ van de lengte is een ronde handgreep vastgemaakt. Wordt als wapen gebruikt in martiale kunsten. Er kan mee worden gestoten, geslagen (circular) en geblokt. Staat ook wel bekend onder de naam 'tuifa'.
Toshi gusoku	Japans ruitersharnas dat in de 16e eeuw werd gedragen.
To sho	Zwaardveger, zwaardpolijster.
Tsuba	Stootplaat van een zwaard. Het maken van de tsuba wordt ook heden ten dage nog gezien als een kunst op zich. De tsuba zijn vaak zeer fraai gedecoreerd (ofwel heel bewust eenvoudig gehouden) en uiterst zorgvuldig afgewerkt. Een gezocht kunst- en verzamelobject. Wordt meestal niet gemonteerd op de bokken.
Tsuba domo	Rubberen ring die de tsuba op de tsuka van de bokken klemt.
Tsuba moto	Het derde deel van het lemmet, gemeten vanaf het gevest.
Tsuka	Handgreep van het zwaard. Het gevest.
Tsuka gashira	Feitelijk de pommel bevestiging, maar hier het (achter)einde van de bokken.
Tsuka gane	Metalen rechthoekje in de tsuka van de shinai (kendo).
Tsuka gawa	Leren omhulsel over de tsuka van de shinai.
Tsuka ito	Bevestigings koord van het zwaard. Gewoonlijk vervaardigd van zijde of leder.
Tsukubo	Een lange houten staf met een vertikaal kruisstuk vol met punten. Het werd gebruikt om tegenstanders in bedwang te houden.
Tsunagi	Houten of bamboe lemmet voor het bijeenhouden van de zwaardmontering, ter vervanging van het oorspronkelijke lemmet.
Tsuru	(1) Boogpees, (2) draad die de onderdelen van de shinai verbindt.
Tsurugi	Antiek recht zwaard met dubbele snede.
Tsuru maki	Houder voor een extra boogpees.

U

Ubu nakago	Een angel in zijn originele vorm, dus die niet is ingekort.
Uchi gatana	Een lang gevechtzwaard, meestal katana genoemd. Vooral gedragen door samurai gedurende de zogenaamde Edo periode (1615 - 1868).
Ude nuki	Koord door openingen in de handgreep van een tachi en bevestigd aan de pols, ter voorkoming van het uit de hand slippen van het zwaard.
Umebi	Landmijnen.

Umibari Klein mes dat werd geborgen / gedragen in de saya.
Utsubo Pijlkoker. Werd op de rechterheup gedragen.

W

Wakizashi Kort zwaard met een lengte tussen de 30 en 60 centimeter. Werd gedragen in de obi, scherpe zijde naar boven gericht, meestal tezamen met een katana.

Waribashi Eetstokjes van zacht metaal. Werden vaak in de saya meegedragen in plaats van kogai.

Y

Ya Pijl(en).

Yagen doshi Een kort scherp slagwapen om harnassen te klieven.

Yaiba Lemmet van het zwaard.

Yajiri Pijlpunt(en).

Yakiba De geharde snede van het zwaard met een kristallijne structuur.

Yanone Betekent: pijlpunt.

Yari Speer.

Yasuri me Inslagmerk(en) van de zwaardsmid op de tang van het zwaard. Omdat iedere zwaardsmid z'n eigen merk heeft kan aldus een zwaard worden geïdentificeerd naar maker, jaar van vervaardiging en andere kenmerken, waaronder de kwaliteit van het zwaard.

Yazuka Manier om de juiste lengte van een pijl vast te stellen.

Yokoha De zijhaak van de jutte.

Yokote Lijn die de overgang markeert van de punt naar het lichaam van het zwaard.

Yoroi Ruitersharnas. In de 11e eeuw kreeg de yoroi zijn definitieve vorm. In de periode van de Japanse burgeroorlogen, (16e eeuw) konden de verschillende samurai klassen onderscheiden worden door het type harnas dat werd gedragen.

Yoroi toshi Een scherpe dolk (tanto) die harnassen kon doorboren.

Yubi bo Betekent: vinger stok. Een wapen in sommige traditionele jujutsu systemen.

Yumi Boog.

Yumi tori Houder van de boog.

Yumiya Betekent: boog en pijlen.

Z

Zue Ander woord voor bo of jo.

Lichaamsbenamingen & de vitale punten van het menselijke lichaam.

Nederlandse benaming.	Japanse benaming.
De organen.	
De interne organen	Naizô.
Blaas	Boko / Tanko.
Dikke darm	Daicho
Dunne darm	Sho cho.
Galblaas	Tanno.
Hart	Shinzo.
Lever	Kan / Kanzo
Long(en)	Hai
Maag	I
Milt	Hizo
Nier(en)	Jin / Jinzo / Juizo.
Pericardium	Shimmaki.
3 Voudige verwarmers	San jiao / Sansyukei.
Conceptie meridiaan	Ninmyaku
Gouverneur meridiaan	Tokumyaku

Japanse benaming.	Punten.	Nederlandse benaming c.q. uitleg.
Abara / Rökkotsu		De ribben.
Ago / Kagaku / Kagakukotsu		Kaak, kin.
Akiresuken / Naira)	Ni 4.	Achillespees
Amado		Betekent: (in)regen luiken. Lymfeklieren in de ondernek.
Asagasumi / Gekon)	Cv 24.	Betekent: ochtendmist. Punt midden in de kin.
Ashi	Ni 1.	Voet, been, of het geheel van beide. Holte in de voetzool.
Ashi kubi		Enkel. Letterlijk: nek van de voet.
Ashi no ura / Teisoku		Betekent: voetzool.
Atama		Hoofd, hoofdkruin (niet de oren).
Ashi no yubi / Tsuma		Letterlijk: voetvingers. Tenen.
Benkei		De binnenkant van het scheenbeen.

Bi / Hana		Neus.
Bisen / Uto / Chototsu / Miken	X-tra.	Glabella, neusbrug. Yin tang (Chinees).
Bitei	Gv 1.	Stuitbeen (coccyx).
Boshi		Duim / grote teen.
Butsumetsu		Betekent: de dag dat de Boeddha dood ging. De vier punten bij de derde rib.
Chi / Ji		Bloed.
Chikubi		Tepel(s).
Cho		Darm(en).
Chusoku / Koshi		Bal van de voet.
Chukitsu hijizumi		Elleboog (lateraal).
Dai kinniku		Betekent: de voornaamste spieren.
Daimon		Betekent: grote poort. Midden van het schouder gewricht.
Daitai / Futumono / Momo		De dij, bovenbeen.
Danchu	Cv 18.	Midden van het borstbeen (sternum).
Danko / Fukubu / Seikatan-den / Shita hara / Tanden		Lage buikstreek, onderbuik, abdomen.
Denbu / Shiri / Ushiro inazuma		Billen.
Denko	Gb 24.	Betekent lichtflits. Punt tussen 7 ^e en 8 ^e ribben (zwevende ribben).
Do		Romp, zijkant van het lichaam
Dokko	3V 17.	Punt achter het oor.
Dokkotsu / Nodo botoke	Cv 23.	Betekent: enkel bot. Adam's appel.
Dokusen		Zijkant van de nek.
Dotai		Torso, romp.
Emon / Mune		Borst(kas).
Empi / Hiji		Elleboog.
Eri / Kai / Kubi		Nek.
Erikubi / Keichu	Gv 16.	Punt op de achterzijde van de nek, aan de basis van het cerebellum.
Fukuragagi / Soma		Kuit(en).
Fukuto	Gb 31.	Buitenkant onderkant dijbeen.

Fushito		Buitenzijde dijbeen.
Gaiwan / Zen wan	Du 7.	Buitenzijde onderarm.
Gakun / Gyakon	Di 5.	Punt op het spaakbeen (tekubi osae).
Gan / Me		Ogen.
Ganmen / Men		Betekent: kant van het oog. Bedoeld wordt: zijkant van het hoofd. Het gezicht.
Gankyu / Gansei		Oogbal(len).
Ganshu / ganka	Ma 17.	Punt onder de tepels.
Genkosu / Ken		Knokkel.
Gokoku / Koko / Toho / Yubi Tsubo	Di 4.	Betekent: tijgermond. Punt in het driehoeksgebied tussen duim en wijsvinger.
Gorin		Betekent: vijf ringen. De vijf punten rondom de maag.
Ha		Tand(en).
Hadome	Ma 4.	Het punt 2½ cm. onder het oor en op één lijn met de hoek van de mond.
Haishu / Tenoko		Rug van de hand.
Haisoku / Sokko		Wreef.
Haiwan		Rug van de onderarm.
Hara		Abdomen, buik - midden / centrum.
Hatomune		Borstbeen (sternum).
Hayauchi	Bl 43	Bovenrug (4 ^e thoracic vertebrae).
Hea / Kami no ke / Ke		Letterlijk: hoogte van het haar. Het hoofdhaar.
Heso	Cv 8.	Navel.
Hichu	Ma 9.	Strottenhoofd (larynx).
Hige		Baard / snor.
Hiji zume	Du 8.	Punt binnenzijde elleboog. Elleboog gewricht.
Hifu / Kawa		Huid.
Hima / Hitai		Voorhoofd.
Hirate / Tenokubo		Binnenzijde van de hand.
Hiryuran		Betekent: breng de vliegende draak in verwarring. Dient om de ogen te benoemen.
Hitai / Zengaku		Voorhoofd.
Hitomi		Pupil van het oog.

Hitosashiyubi		Wijsvinger.
Hiza / Hitsu		Knie(ën).
Hiza gashira / Kaku		Betekent: knieschijf.
Hiza kansetsu	Ma 35.	Knie gewricht.
Hiza tsubomi	Bl 40.	Knieholte.
Hone		Bot(ten).
Hoho		Wang(en).
Hoshi		Betekent: ster. Zenuwpunt in de oksel.
Hoshi shite		Betekent: onder de sterren. Elleboog gewricht.
In	Cv 16.	Betekent: schaduw. Het xiphoid bot. Onderste puntig deel van het sternum.
Inazuma	Mi 14.	Zij(de), boven de heupen. Ca. 3 diagonaals onder de navel.
Inko / Nodo		Keel.
Jakkotsu jakkin	Ha 2.	Betekent: zwak bot, zwakke spier. Punt op de bovenarm tussen biceps en het bot.
Jinchu / Junchu	Gv 26.	Betekent: centrum van de man. Punt boven de bovenlip en onder de neus. Philtrum.
Jogaku	Ma 6.	Bovendeel van het kaakbeen.
Josokutei		De bal van de voet.
Jotao		Het bovendee van de borstkas.
Jowan kotsu	Di 15.	Bovenarm (top van de humerus).
Jujiro		Betekent: kruising. Voorzijde schouder(s).
Kafukubu		Onderzijde lage buikstreek (abdomen).
Kagaku		Onderzijde van het kaakbeen.
Kagato / Kakato		De hiel van de voet.
Kaiki		Leven herstellend.
Kakitsubo		Betekent: kom aan de zijkant. Het holle gebied in de oksels.
Kakon		Kin.
Kakuto		Rug van de pols.
Kami		Bovenlichaam.
Kansetsu		Gewricht.
Kao		Gezicht.

Kashi		Benen.
Kassatsu	Gv 14.	7 ^e Ruggenwervel.
Kasumi / Komekami	X-tra.	De slapen. Tai yang (Chinees).
Kata / Kenko		Schouder.
Kata ashi		Één been.
Kata guschi / Kata saki		Top van de schouder.
Kata hiza		Één knie.
Katai		Onderste deel van de romp.
Katate		Één hand.
Katsusatsu	Gv 11.	Tussen de 5 ^e en de 6 ^e ruggenwervel.
Kei domyaku / Keibu seimyaku		Hals-slagader.
Ke		Haar.
Ken		Pees, pezen.
Kenkokotsu		Schouder bladen.
Kibi		Top van de ruggenwervels.
Kiken		Luchtpijp (trachea).
Kin / Turigane	Cv 1.	Testikels.
Kinnuki		Spier(en).
Kinteki	Mi 12.	Liezen.
Ko		Mond, spreken.
Kobushi / Genkosu		Vuist.
Kodenko	Gv 3.	Basis van de ruggengraat.
Kokei		Scheenbeen (tibia).
Koken		De rug van de gebogen pols.
Kokotsu	Ma 5.	Zijkant kinbeen.
Kori / Sokkotsu	Mi 3.	Wreef. Gebied voor de tenen.
Koshi / Goshi		Heup.
Kote		Middenhand. Ten onrechte vertaalt als 'pols'. Letterlijk 'ko = klein' en 'te = hand'. Het juiste woord voor pols is: 'tekubi'.
Kotobu		Achterzijde van het hoofd.
Kotsu		Bot, been (als deel van het skelet).
Ko yubi		Pink.

Kubi-naka		Punt aan de basis van de schedel.
Kuchi / Koko		Mond.
Kuchibiru		Lip(pen).
Kugi		Nagel.
Kurubushi		Enkel.
Kusagakure	Bl 62.	Buitenzijde bovenkant, rand van de voet.
Kusanagi	Mi 6.	Soleus (spier in de kuit).
Kusuri yubi		Ringvinger.
Kyo		Borst, oksel.
Kyobu		Borst.
Kyoei	Ha 1.	Punt in de oksel (axilla).
Kyokotsu / Kyototsu	Cv 16.	Basis van het borstbeen (sternum).
Kyosen		Borstbeen (sternum).
Mata / Yako		De dij. Binnenkant van de dij. Liezen.
Matsuge		Oogwimper.
Matsukaze	Di 16.	Nek en zijkant.
Mayuge / Mi	X-tra.	Wenkbrauw. Shang ming (Chinees)
Mikazuki	Ma 5.	Hoek van de kaak.
Mimi		Oren.
Murasame	Cv 22.	Holte juist boven het borstbeen.
Myojo (tanden)	Cv 4.	Onder de navel, ca. 3 cm.
Naike		Punt op de binnenzijde van de enkel.
Nakazumi		Centrale lijn van het lichaam.
Naiwan		Binnenzijde van de onderarm.
Naka yubi		Middelvinger.
Niku		Vlees.
Ninode		Bovenarm.
Nitokin	Pe 2.	Bovenarm (median cubital brachial).
No		Hersenen.
Omote gyaku	3V 2.	Punt waar de pink en ringvinger samenkomen.
Onaka (i)		Maagstreek.
Oya yubi		Duim.
Ryojikou kabotoke	Gb 12.	Uitsteeksel van het slaapbeen (mastoid).

Sakotsu	St 12.	Midden van het sleutelbeen (fossa clavicularis).
Se / Senaka		De rug van het lichaam.
Sebone / Seikichu		Ruggengraat.
Seidon	X-tra.	Gebied boven en onder de ogen (circumorbital gebied). Shang ming, Yu yao, Tai yang, Qui hou (Chinees)
Seichu ushikei	Ha 2.	Binnenzijde bovenarm. Median zenuw, biceps.
Seimo		Oogkas.
Seishokuki		Genitaliën.
Shamen / Yoko men		Zijkant hoofd, met inbegrip van de slapen.
Shi		Vinger(s).
Shigetsu / Sui getsu	Cv 17.	Solaris plexus.
Shinkei keito		Het zenuwstelsel.
Shiri		Heup.
Shita		Tong.
Shitsuto		Knieschijf.
Shofu	Du 16.	Zijkant van de nek.
Shomen		Gezicht.
Shomon		Schedel.
Shotei / Tencho / Te-no-hira		Palm van de hand. Handpalm.
Shu / Te		Hand.
Shuhai / Shuko	X-tra.	De handrug punten. Tao tong dian (Chinees).
Sobi	Bl 57.	Basis van de kuitspier.
Soda	Gv 11.	Punt tussen de schouderbladen.
Soin		Bovenkant van de voet aan de zijkant, wreef.
Sokei		Liezen, kruis.
Sokuso		Uiteinden van de tenen.
Sokutei		Onderzijde van de hiel.
Soku	Cv 22.	Tussen de keel en het borstbeen (sternum).
Sonu	Cv 21.	Top van het borstbeen (sternum).
Soto kurubushi	Bl 62.	Buitenzijde enkelgewricht.
Soto jakuzawa	Lo 7.	Binnenzijde pols.
Sune		Scheenbeen, onderbeen (de tibia).

Sunden		Punt tussen de ogen.
Tanchu		Hoek van het borstbeen.
Teisho		Muis van de hand.
Tekubi		Lettelijk: nek van de hand. Pols, polsgewricht.
Tendo	Gv 22.	Punt op de top van het hoofd.
Tenmon / Sankaku	Gv 25.	Neuspunt.
Tento	Gv 24	Tussen top van het hoofd en het voorhoofd.
Tesaki		Vingertoppen.
Te soto		Buitenzijde van het polsgewricht.
Te ura / Uchi te		Binnenzijde van het polsgewricht.
Tobu		Hoofd.
Tsuma saki		Toppen van de tenen.
Uchi kurobushi	Ni 6.	Binnenzijde enkelgewricht.
Uchi jakuzawa	Di 10.	Binnenzijde onderarm.
Ude / Wan		Arm.
Ude / Zenwan		Onderarm.
Ude kansetsu		Armgewricht.
Uko		De zenuw aan de zijkant van de nek.
Ushiro denko	Bl 51.	Betekent: achterste ribben. Nier- lendegebied.
Ushiro inazuma	Bl 36.	Onderzijde van de billen.
Ushiro kakato		Achterzijde van de hiel,
Waki		Zijkant (van het lichaam).
Waki (no shita) / Wakikage	Ha 1.	Punt in oksel.
Wanshun / Wanjun	Pe 3.	Binnenzijde arm (tussen biceps en triceps).
Yako	Mi 11.	Binnenkant bovendijbeen.
Yubi		Vinger / teen.
Yubisaki		Betekent: vingertop.
Zako tsushinkei	Bl 54.	Heup (sciatic zenuw).



Woordenlijst betreffende de etiquette (reigi no jutsugo).

Arigato	Dank u wel, bedankt (in de normale betekenis).
Arigato gozaimashita	Dank u wel (nadrukkelijk / erg beleeft).
Arigato gozaimasu	Dank u wel (tegenwoordige tijd).
Banzai	Proost. Bijval, gejuich, hoera geroep.
Chotto	Betekent: een moment alstublieft.
Chotte matte kudasia	Heeft u alstublieft een minuutje?
Chotto onegai shimasu	Kunt u mij alstublieft helpen?
Daijobu desuka	Hoe gaat het met u.
Dewa mata	Tot ziens.
Do itashi mashite	Geen dank, graag gedaan (in de zin van: graag gedaan).
Domo	Dank u wel (in de normale betekenis / niet overdreven vriendelijk).
Domo arigato	Dank u wel (nadrukkelijk bedoeld).
Domo arigato gozaimashita	Dank u wel (zeer beleefd bedoeld / heel formeel).
Domo arigato gozaimasu	Dank u wel (normale omgangsvorm).
Dozo	Alstublieft, (in de zin van: ga uw gang / help u zelf).
Dozo okake kudasai	Neemt u alstublieft plaats / gaat u zitten.
Dozo yoroshika	Het is mij een genoegen u te ontmoeten.
Ga hoshii n desu ga	Ik wil graag
Ga irimasu	Ik heb nodig.
Gambatte kudasai	Het beste.
Genki?	Hoe is het met je? (in informele zin).
Genki yo	Het gaat goed met me.
Gokigen ikaga desu ka	Hoe gaat het met u?
Gomen kudasai	Neem mij niet kwalijk, is er iemand binnen?
Gomen nasai	Pardon / neem mij niet kwalijk (bij een fout of een blunder, etc.).
Hai	Ja (graag).
Hai, dozo	Ah, daar ben je.
Hai onegai shimasu	Ja graag.
Hajime mashite	Het is mij een genoegen u te ontmoeten.
Hajime mashite, dozo yoroshiku	Het is mij eveneens een genoegen u te ontmoeten.
Iie e	Nee.
Ie	Niets te danken (in informele zin).
Ie desu	Het is goed (als antwoord op een verontschuldiging).
Iie kekko desu	Nee dank u.
Ikaga desuka	Hoe gaat het met u / hoe is het met je.
Irasshaimase	Welkom.
Iroirowa sama deshita	Dank u voor uw hulp.
Itashi mashita	Neem mij niet kwalijk (in de zin van laten wachten).
Ittai desu ka	Heb je je pijn gedaan?

Itte kimasu	Tot later.
Itte (i)rasshai	Tot straks (als antwoord op itte kimasu).
Ja matta	Tot straks.
Kamiza ni rei	Groet naar de kamiza.
Kanpai	Proost, gezondheid.
Kekko desu	Goed / o.k..
Ki o tsukute kudasai	Wees voorzichtig (pas op jezelf).
Kochira koso	Het was mij een genoegen.
Kochira wa san desu	Dit is mr. / mw.
Konban wa	Goeden avond.
Konnichi wa	Goedendag / goeden middag.
Mata kite kudasai	Komt u nog eens terug.
Mokuso	Meditatie. De houding die wordt aangenomen tijdens het beoefenen van zen.
Mokuso yame	Einde van de meditatie.
Moshi moshi	Hallo (om de aandacht te trekken).
Namae desu	Mijn voornaam is
Namae wa	Mijn achternaam is
Nan desu ka	Wat zegt u?
Nihongo ga hanasemasen	Ik spreek geen Japans.
O daiji ni	Pas goed op u zelf.
O genki desu ka	Hoe gaat het met u?
O hairi kudasai	Komt u binnen.
O hayo gozaimasu	Goede morgen.
O hisashiburi desu ne	Het is al lang geleden nietwaar? (in de zin van elkaar gezien hebben).
O jama shimasu	Graag, dank u wel (bij een uitnodiging tot binnen komen).
Oi	Hallo.
O kagesama de	Het gaat goed met mij, dank u wel.
O kuremasu ka	Wilt u mij geven?
Omatase shimashita	Neem mij niet kwalijk (in de zin van iemand laten wachten).
Omedeto gozaimasu	Gefeliciteerd / gelukgewenst.
O namae wa nan desu ka	Hoe heet u?
Onegai shimasu	Alstublieft (uitnodiging tot samenwerking).
O saki e dozo	Na u / gaat u eerst.
Osewa ni nari mashita	Dank u wel voor uw hulp.
Oshima sai	Betekent: alstublieft gaat u staan.
Otagai ni rei	Groet aan allen / naar elkaar (gelijken).
Otazune itashimasu ga	Neemt u mij niet kwalijk voor mijn vraag, maar?
O tsukare sama deshita	Een uitdrukking van dank voor de inspannende training; en voor het voorrecht met een zo bekwame partner te mogen hebben trainen.
O yasumi nasai	Goede nacht.
Rei	Buigen, groeten.
Ritsu rei	Staand groeten.

San	Een Japanse beleefdheidsuitdrukking, equivalent aan de woorden mijnheer of mevrouw of vriend. Wordt gebruikt als toevoeging achter een naam, bijvoorbeeld: <ul style="list-style-type: none"> • Omawari San = Meneer / mevrouw de Politieaan; • Sushiya San = Meneer / mevrouw Sushiwinkel; • Gaijin San = Meneer / mevrouw de buitenlander / vreemdeling (dit is niet beledigend bedoeld).
Sansei desu	Afgesproken.
Sayonara	‘Vaarwel’ (voorgoed).
Sensei ni rei	Groet aan de leraar.
Shinzen ni rei	Groet (frontaal) aan de eremuur die is voorzien van een tempel altaar).
Shitsurei shimasu	Pardon / neem mij niet kwalijk.
Shizuka ni shitekudasai	Rust alstublieft.
Shomen ni rei	Groet (frontaal) aan de eremuur.
Sumimasen	Pardon / neem mij niet kwalijk (bij het elkaar passeren of tegen elkaar opbotsen).
Tasukete kudasai masen ka	Kunt u mij helpen?
Wakarimasen	Ik begrijp / versta u niet.
Wakarimasu	Ik begrijp het.
Watashi wa desu	Mijn naam is
Watashi wa Oranda-jin desu	Ik ben Nederlander / Hollander.
Watakushi wa	Mijn naam is
Zannen desu	Neem mij niet kwalijk (geeft uitdrukking aan teleurstelling, spijt).



sayonara

Cijfers (kazu).

Er zijn twee tel systemen in Japan één van Chinese oorsprong en het andere Japans. Het Chinese telsysteem wordt in z'n algemeenheid gebruikt om te tellen of om getallen te (be)noemen. Het Japanse telsysteem dient om specifieke voorwerpen of dingen te tellen.

• 0. rei	○	11	jûichi	10.000	man/ichiman.
		12	jûni	10.001	ichimanichi.
		20	nijû	100.000	jûman.
• 1. ichi	一	21	nijûichi	100.001	jûmanichi.
		30	sanjû	1.000.000	hyakuman.
		40	yonjû		
• 2. ni	二	50	gojû	* 1 ^e =	ichibanme.
		60	rokJû	* 2 ^e =	nibanme.
		70	nanajû	* 3 ^e =	sanbanme.
• 3. san	三	80	hachijû	* 4 ^e =	yonbanme.
		90	kyûjû	* 5 ^e =	gobanme.
		100	hyaku		
• 4. shi/yon	四	101	hyakuichi	* Een paar (2)	ittsu'i.
		102	hyakuni		
		200	nihyaku	* De helft	hanbun.
• 5. go	五	300	sanbyaku		
		400	yonhyaku	* Een kwart	yonbun no ichi.
		500	gohyaku		
• 6. roku	六	600	roppyaku	* Dubbel	nibai no.
		700	nanahyaku		
		800	happyaku	* Enige, enkele	ni-san-no.
• 7. shichi/nana	七	900	kyûhyaku		
		1000	sen	* Eenmaal	itchibai.
		1001	senichi		
• 8. hachi	八	2000	nisen	* Tweemaal	nibai.
		3000	sanzen		
		4000	yonsen	* De / het laatste	sa'igo.
• 9. ku/kyû	九	5000	gosen		
		6000	rokusen	* Een dozijn	ichidasu.
		7000	nanasen		
• 10. jû	十	8000	hassen		
		9000	kyûsen		

Het Japanse talsysteem loopt van 1 tot 10, daarna wordt het Chinese weer gebruikt. Het Japanse telsysteem dient om specifieke voorwerpen of dingen te tellen.

<u>Algemeen</u>		<u>Mensen</u>		<u>Algemeen</u>		<u>Mensen</u>
1. hitotsu	=	hitori		6. muttsu	=	rokunin
2. futatsu	=	futari		7. nanatsu	=	nananin
3. mittsu	=	sannin		8. yattsu	=	hachinin
4. yottsu	=	yonin		9. kokonotsu	=	kyûnin
5. itsutsu	=	gonin		10. tô	=	jûnin

Uitdrukkingen en begrippen.

Omschrijvingen en benamingen van uitdrukkingen en begrippen, welke in relatie staan tot de krijgskunsten. Moderne krijgskunsten als judo en Nihon jujutsu houden zich daar niet zo mee bezig. Oude Koryu evenwel hebben een rijke traditie van uitdrukkingen en begrippen, vooral afkomstig uit het Japanse en Chinese Pantheon. Ook filosofieën als het Taoïsme en Confucianisme hebben hun steentje bijgedragen aan de orale rijkdom van de Japanse krijgskunsten.

Aikijujutsu kan men beschouwen als te behoren tot de Koryu. Ook al omdat zij terugkijkt op een geschiedenis van circa 1300 jaar. Als één van de weinige moderne krijgskunsten onderkent ook Aikido de waarde van de oude begrippen en uitdrukkingen.

A

Aiki no kurai

‘Het geheim van aiki’. Het hoogste bewustzijn van de werking van ki in de aiki technieken. De technieken van aiki waren vroeger een streng bewaakt geheim binnen de Aizu clan. Niet aan iedereen binnen de clan werd de kunst overgeleverd. Zij die wel werden onderwezen in de kunst moesten een eed afleggen dat ze de geheime aiki technieken zouden hoeden en niet aan anderen zouden leren.

Ai nuke

Gezamenlijk ontkomen. Indien een duel eindigt zonder dat één van beide tegenstanders gewond raakt wordt dit ‘ai nuke’ genoemd.

Ai uchi

Tegelijkertijd toeslaan. Een gevecht tussen samurai dat eindigde met de dood van beide tegenstanders. In de traditionele zwaardscholen leerden de samurai om bij een duel op z'n minst ‘ai uchi’ na te streven. Men beoogde daarbij een geesteshouding te ontwikkelen waarbij de tegenstanders nog slechts één doel voor ogen stond, namelijk het neerslaan van de ander, ook al kostte dit het eigen leven. Morihei Ueshiba omschreef die situatie eens als: ‘de waanzin van de oorlog’. Als oefening leert ai-uchi de aikidoka principes als ma-ai en het verzamelen van kokyu-ryoku en moed op het juiste moment.

Ama

(1) Hemels, goddelijk, verheven. (2) Verblijvend in de hemel. (3) Boeddhistische non.

Ama no iwato biraki

Titel van het godenverhaal over het openen (biraki) van de grot waarin de zonnegodin Amaterasu zich schuilhield nadat zij was beledigd door haar broer Susano O. Amaterasu vernam het gerucht dat er een nieuwe zonnegodin was gevonden. Dit zou Uzume zijn. Nieuwsgierig geworden door gezang en gelach van de andere goden buiten de grot opende zij de afsluiting. Het gezang en gelach zou worden veroorzaakt door Uzume die op een omgekeerde toebereiding erotische dans uitvoerde tot grote vreugde van de andere

goden. Bij het openen van de grot zag Amaterasu evenwel zichzelf in de spiegel die voor dit doel voor de grot was opgehangen door de andere goden en daardoor wist ze dat er maar één zonnegodin zou zijn. De dans van Uzume geldt als het mythische begin van de dans- en theaterkunsten en van de krijgskunst. Het openen van de grot wordt gezien als een metafoor voor het verwerken van innerlijke wijsheid.

Ama no mura kumo

‘Het heilige Japanse zwaard’. Het zwaard vormt één van de No Tsurugi de drie Imperial Regalia, die het hard van de keizerlijke traditie vormen. Vanuit de mythologie is het heilige zwaard in Japans bezit gekomen door Susa no Wo no Mikoto, de zoon van Izanagi, neef van de zonnegodin Amaterasu. In een gevecht doodde hij de achtkoppige draak en vond in de staart het zwaard. Het zwaard wordt bewaard op het schiereiland Ise-Shima, in de provincie Tokaido.

Analecten

De denkbeelden van Confucius, zoals verzameld door zijn volgelingen. Eén van de vier boeken.

Atsuta Jingu

Shinto schrijn. Dient als bewaarplaats voor één van de drie Japanse heilige voorwerpen; nl. het zwaard met de naam Kusanagi no Tsurugi: het grasmaaiende zwaard.

B

Boeddha (Sanskriet)

De ‘verlichtte’. Het woord ‘boeddha’ is geen eigennaam, maar een titel of omschrijving. Het duidt op een ‘zijns’-toestand van een persoon die de hoogste spirituele verlichting heeft gevonden (Jap. Butsu).

Bodhi (Sanskriet)

Verlichting. De dingen zien zoals ze werkelijk zijn. Bodhi is het equivalent van het Japanse ‘Satori’ en Chinese ‘Woe’.

Bodhimanda (Sanskriet)

Letterlijk: de plaats van verlichting. De plaats waar de transformatie plaatsvindt van het met ego vervulde zelf in het ego-loze zelf. De Indiase benaming voor tempel. Het Japanse woord dojo (de plaats waar de weg wordt bestudeerd) verwijst naar de sanskriet uitdrukking ‘bodhimanda’.

Bodhidharma (Sanskriet)

De eerste Chinese patriarch in China (460 - 534), 28e patriarch na Boeddha. Het verhaal wil dat hij in de 6e eeuw vanuit India naar Zuidchina kwam en negen jaar doorbracht in de hoofdstad Lo-yang, waar hij niets anders deed dan naar een muur te staren. Later vestigde hij zich in de Shao-Lin tempel, in de Songshan bergen, waar hij de monniken trainde in een vorm van ongewapend vechten; dit om lichaam en geest te versterken. Het Shaolin tempel boksen, dat bekend is geworden onder de naam: Shaolin Ch’uan fa. Dit

legendarische deel van zijn leven is echter twijfelachtig. De Japanse naam van Bodhidharma is: 'Daruma' en in het Chinees luidt die 'Ta-mo'.

Bodhisattva (Sanskriet)

Bosatsu (Japans), Bosal (Koreaans). Iemand die streeft naar verlichting; en die geheel of gedeeltelijk heeft bereikt. Ook Gautama, de boeddha, noemde zichzelf een bodhisattva.

Bu

Martiaal, krijgshaftig. In aikijujutsu interpreteert men bu als: 'een dappere, moedige en onbedwingbare onoverwinnelijke geest; niet naijverig en/of twistziek en de strijd vermijdend'.

Budo

'Weg van de krijgskunsten' (methode van de krijger). Het karakter 'bu' kan worden vertaald met 'oorlog'. Het bovenste karakter 'hoko' toont echter twee speren die zich kruisen, met daar onder het karakter voor stoppen of ophouden. In budo leer je dus niet te strijden, maar daar mee te stoppen. Een budo is daarom een discipline waarin men niet alleen er naar streeft zich zowel mentaal als spiritueel te ontwikkelen, alsook om zich te bekwamen in de krijgstechnieken. In het budo worden zeven deugden nagestreefd, te weten:

- Jin = menslievendheid, menselijkheid;
- Gi = rechtvaardigheid, eer;
- Rei = hoffelijkheid;
- Chi = wijsheid;
- Shin = oprechtheid;
- Chu = trouw, loyaliteit;
- Koh = eerbied voor ouderen.

Bushi

Letterlijk: 'krijgsman'. In later periode samurai genoemd. De deugden van de bushi zijn:

- Doryo = grootmoedigheid;
- Shiki = vastberadenheid;
- Onsha = mildheid, verdraagzaamheid;
- Fudo = houding, gedrag, onwrikbaar;
- Giri = plicht;
- Ninyo = grootmoedigheid (anders dan bij doryo).

Bushido

Letterlijk: 'De weg van de krijger'. Erecode van de Japanse krijgsman. Aan het woord werd bekendheid gegeven door Inazo Nitobe, in zijn werk 'Bushido, de ziel van Japan', uitgegeven aan het begin van deze eeuw. Hij beschrijft de ercode der voorvaderen: een geestelijke wet, die in het bijzonder door de Japanse nationalistten nog steeds wordt verheerlijkt. Rechtschapenheid, rechtvaardigheid, moed, verachting voor de dood, welwillendheid, hoffelijkheid, oprechtheid, eer, trouw en meesterschap over zichzelf zijn de

grondregels van het bushido. De erecode van de samurai is te vergelijken met de Europese riddereer.

Bushi no nasaki

‘Tederheid van de krijger’. Barmhartigheid en vriendelijkheid werden niet gezien als uitsluitend vrouwelijke eigenschappen, maar essentieel voor een uitgebalanceerd leven en dienden dus tot ontwikkeling te worden gebracht.

Bushi no ichi gon

‘Het woord van de samurai’. Het woord van de samurai was voldoende garantie. Geschreven verklaringen en beloften waren beneden zijn waardigheid.

C

Chi (Chinees)

Letterlijk: ‘levensenergie’. Chi wordt gezien als materie, basisbestanddeel van de kosmos. Ook de energie die door het menselijke lichaam stroomt wordt gezien als chi. Acupunctuur maakt gebruik van de chi-stromen die door het lichaam vloeien. In de martial arts wordt getracht chi te ontwikkelen en cultiveren. Het woord is gelijk aan het Japanse ‘ki’, of het hindoe ‘prana’ (ook ‘qi’ genoemd).

Ch’an (Chinees)

Letterlijk: ‘meditatie’. Chinese boeddhistische filosofie die is samengesteld uit het Taoïsme en het Mahayana boeddhisme. Ch’an werd afgeleid van het Indiase dhyana en ligt ten grondslag aan het Japanse zen boeddhisme.

Chinkon kishin

Kalmeren van de geest en zich wenden tot het Goddelijke. Spirituele en meditatieve Shinto oefening. De oefening diende oorspronkelijk om te voorkomen dat de geest/ziel (tama) het lichaam verliet. Een meditatie techniek die werd toegepast door de aanhangers van de Omoto religie. Men zag de techniek als een manier om te komen tot een eenheid van alle fysieke en mentale vermogens.

Chu hsi

Chu shi (1130-1200) was de meest vooraanstaande neo-confucianistische filosoof uit de Sung periode. Het Confucianisme blies hij nieuw leven in door deze leer te verenigen met het gedachtegoed dat zich had ontwikkeld in de eeuwen erna. Klassieke teksten bewerkte hij en gaf ze opnieuw uit. Zijn filosofie is de grondslag geworden van het neo-confucianisme. Chinese en Japanse heersers maakten er gebruik van bij het formuleren van de wetgeving en de opbouw van hun staten. Voornaam begrippen in de filosofie van Chu hsi zijn ondermeer ri (li) en ki (chi). Ri kan worden vertaald met: essentie, principe en ki met: materie, energie. Het vormt de basis van alles dat ontstaat, groeit en leeft. Ri en ki zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Waar ri is, is ki en waar ki is, is ri. Slecht aan het allereerste begin stond

ri, erna pas ontstond ki. De krijgskunsten van China en Japan vertonen elementen van de filosofieën van Chu hsi.

Confucius

Latijnse benaming voor K'ung Fu Tzu ('Meester K'ung Fu'). Leefde 551 – 479. Wordt beschouwd als China's eerste en grootse wijze. Zijn denkbeelden zijn verzameld door zijn volgelingen op opgetekend en gepubliceerd als de Analecten.

D

Daruma

De Japanse naam voor 'Bodhidharma' (zie aldaar).

Degushi, Nao

Een ongeletterde eenvoudige boerenvrouw (1836 - 1918). Zij stichtte de Omoto religie (Omoto Kyo Shinto sekte), ook wel genoemd 'De Grote Bron of Oorsprong'. Ze heeft een zwaar en moeilijk leven gehad. Op de leeftijd van 56 jaar had ze spirituele ervaringen die ze opschreef, de zgn. 'Ofudesaki', die ze evenwel zelf niet kon lezen. Haar geschriften gaan onder andere over een plan tot redding en wederopbouw/herinrichting van de wereld.

Degushi, Onisaburo

Opvolger van Nao Degushi als leider van de Omoto Kyo Shinto sekte. Geboren als 'Kisaburo Ueda' (1871 - 1948). In 1898 kwam hij in contact met Nao Degushi. Huwde in 1900 met Sumiko, de dochter van Nao Degushi en nam daarbij de naam van zijn schoonfamilie aan. Onisaburo Degushi was een charismatische persoonlijkheid en daarbij spiritueel begaafd. Al snel was hij een belangrijke figuur in de sekte en na de dood van Nao Degushi werd hij de centrale persoon in de sekte. Hij ontmoette Morihei Ueshiba in december 1919, toen de laatste op weg was naar zijn vaders huis, omdat die stervende was. Morihei Ueshiba werd een overtuigd volgeling van de sekte. De sekte werd in de jaren tussen de twee wereldoorlogen in heftig vervolgd door de Japanse overheid. Degushi verbleef van 1935 tot 1942 in de gevangenis als gevolg van deze vervolgingen. Nadat hij werd vrijgelaten, tot zijn dood in 1948, hield hij zich bezig met de vervaardiging van keramiek; nu beschouwd als waardevolle kunstvoorwerpen.

Do

De Japanse omzetting van het Chinese woord 'tao'. Synoniem met (levens) 'pad' of 'weg'.

- Methode, weg - geestelijk pad. Betekent zowel 'Weg' als 'Doel'. Het Doel is ook de Weg (zie ook Tao). Iedere kunst waarin men zich zowel technisch als spiritueel kan ontwikkelen wordt gezien als een 'do', bijvoorbeeld:
- Hal waar (in de kunsten) wordt geoefend.
- Chado = de weg van de thee(ceremonie);
- Kendo = de weg van het zwaard;
- Kyudo = de weg van de boog.

Dobun 'Geschriften van de Weg'. Overgeleverde geschriften die het gedachtegoed bevatten over het pad dat gevolgd moet worden om het gestelde doel te bereiken. Ook Morihei Ueshiba heeft 'dobun' nagelaten.

Doka 'Gezangen van de Weg'. Tot lering strekkende gedichten met een spirituele boodschap. Morihei Ueshiba heeft veel 'doka' geschreven, waarin hij de diepere bedoeling van aikido en de overige krijgskunsten verklaart.

E

Enzan no metsuke 'Kijken naar de verre berg'. Het kijken naar de tegenstander zonder de blik op één punt vast te zetten. Door deze manier van kijken omvat de blik de gehele tegenstander en kan de minste beweging worden waargenomen. Uitdrukking uit de kunst van het zwaardvechten.

F

Fudo no shishei Onbeweeglijke, onverstoorbare houding. Staand of zittend, men moet altijd in een onverstoorbare houding hebben. Niet star of onbuigzaam, maar ontspannen, onverstoorbaar, kalm en flexibel.

Futsunushi no kami Shinto god/geest van de martiale traditie die bekend staat onder de naam Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu.

G

Gaijin Vreemdeling, buitenlander. Gaijin is een samentrekking van het woord 'gaikokujin' dit is: 'niet uit het land (Japan) afkomstige persoon'. De uitdrukking 'gaijin' is niet denigrerend bedoeld.

Gassho Boeddhistische groet waarbij de handen voor de borst worden gehouden met handpalmen tegen elkaar. Ook brieven wordt vaak beëindigd met het woord 'gassho'.

Gasshuku Letterlijk: 'gezamenlijk ergens verblijven'. Stage. De uitdrukking wordt gebruikt om een periode van intensieve oefening mee aan te duiden die men gemeenschappelijk doormaakt.

Gautama, Siddharta De historische stichter, ±2500 jaar geleden, van het boeddhisme. Gautama leefde van 563 – 483 voor Chr.. Hij werd geboren als prins Siddharta in Lumbini. Zijn vader was koning Suddhodana van het Shakya volk in het zuiden van Nepal. Daar waar zijn vader al bang voor was gebeurde, Gautama zag het lijden in de wereld en daarom besloot hij

een meditatief leven te gaan leiden. Vasten en zelfkastijding hielpen niet om verlichting te vinden, maar zittende onder de 'Bodhiboom' werd hij tenslotte toch verlicht en zag in wat het lijden in de wereld veroorzaakte. Gautama stierf op 80 jarige leeftijd in Kushinara.

Go rin no sho

'Een boek van vijf ringen', of de strategie van de samurai, geschreven door Miyamoto Musashi. Het boek is een metaforische verhandeling over een levensstrategie, bruikbaar voor boeren, handwerkslieden, kooplieden en samurai.

Gokui

Diepere leer, geopenbaard aan de geïnitieerde.

H

Hachiman

Oorlogsgod. De beschermheilige van Yorimite Minamoto, die een prachtig heiligdom voor hem liet bouwen in Kamakura.

Hachimangu

Schrijn voor Hachiman, god van de oorlog.

Hara

De hara is het gebied in de onderbuik, vlak onder de navel. De Japanners beschouwen dit als het middelpunt van de mens, het lichaamszwaartepunt, waar de levenskrachten zich verzamelen. Door de hara staat de mens direct in verbinding met de oorspronkelijke eenheid der dingen. In China werd dit 'Tan t'ien' genoemd. Zie ook tanden en tan tien.

Hagakure

Betekent: 'Verborgen onder de bladeren'. Het is de titel van een beroemd werk in 11 delen over het bushido. Het werk is geschreven door Yamamoto Tsuneto (1659 - 1719) voor de Nabeshima han. Een van de beroemdste stellingen van het boek 'de samurai is dood', werd een slogan van de kamikaze piloten in de tweede wereldoorlog. De auteur Yukio Mishima werd sterk beïnvloed door het boek en schreef hierover in 'Hagakure Nyumon', in het Engels vertaald als 'On Hagakure'.

Hanshi

Hogere leer. Vanaf 8e dan kan men hanshi worden. Shihan betekent 'grootmeester', maar de grootmeester moet ook hanshi en minstens 9e dan zijn. De hiërarchie is dus: renshi - kyoshi - hanshi - shihan.

Hara kiri

Letterlijk: 'snij de buik'. Zelfdoding. Door het opensnijden van de buikwand. Privilege van de samurai in feodale tijden. Zie 'seppuku'.

Heiho

Japanse betekenis is: 'methode van de soldaat'. In het Chinees betekent het: 'de weg van vrede'. Bedoeld wordt:

strategie, krijgskundige tactieken en principes. Elke traditionele ryu kende naast de algemene technieken ook zijn eigen 'heiho'; tactieken of strategieën. Deze werden grotendeels mondeling, deels ook in geschriften overgeleverd.

Hinkaku Een uitdrukking die duidt op een specifieke Japanse eigenschap die moeilijk is te omschrijven, maar die in de buurt komt van het woord: 'fatsoen', 'beleefdheid' of 'gepastheid'. In de ogen van veel Japanners heeft een 'gaijin' geen 'hinkaku' en kan die ook niet verwerven.

Hsiao (Chinees) 'Kinderlijke eerbied'. Respect die men betoont aan de ouders, of meer algemeen respect voor de ouderen in een familie. De basis van het Confucianistisch humanisme.

I

I Ching (Chinees) Het boek der veranderingen. Eén van de Chinese klassieken. Het boek dient als filosofische basis voor de Chinese vechtkunsten.

In yo De actieve geest (yo) tegenover een passieve toestand (in). Te vergelijken met het Chinese yin en yang. Het positieve wordt ook 'omote of irimi' genoemd en het negatieve 'ura of tenkan'.

Izanagi & Izanami Het eerste godenpaar. Izanagi (hij die verleidt) en Izanami (zij die verleidt) vormen het Japanse equivalent voor yin en yang. Door de speer in de kolkende zeeën te gooien en die er vervolgens uit te trekken ontstonden de Japanse eilanden uit de vurige massa die van de speer afdroop. Uit dit godenpaar ontstonden de goden van het Shinto pantheon.

J

Jikiden Overdracht van de meester aan de leerling. Dit geschiedt mondeling en in de praktijk.

Jiki shin Spontane geest. Term die is ontleend aan het zen boeddhisme en die er op duidt dat technieken en kennis spontaan worden geuit en niet op een ingestudeerde of bedachte manier.

Jih Pen (Chinees) 'Het land waar de zon vandaan komt'. Chinese benaming voor Japan (Japan ligt immers ten oosten van China). De bewoners van Japan verbasterden dit weer tot 'Nihon' of 'Nippon', waarvan weer het Portugese 'Japón' en het Nederlandse 'Japan' zijn afgeleid.

Jo misogi	Een reeks technieken en bewegingen met de jo. Morihei Ueshiba demonstreerde vaak aan het begin van de les en bij ceremonieën jo misogi. De bewegingen gaan vloeiend over van de ene beweging in de andere. Ueshiba ervaarde jo misogi als een loutering. Hij noemde het ook wel ame no kagura, of dans voor de goden. Als een eerbetoon aan de dans van Ame no Uzume die danste met een speer in de hand op een omgekeerde tobbe om de zonnegodin Amaterasu uit de grot te lokken waar zij zich hield verborgen. Ueshiba zag jo misogi als een ritueel die wijsheid en licht in de wereld moest brengen.
Ju no ri	Principes van fatsoen, beschaving.
K	
Kaishaku	Assistent van iemand die seppuku pleegde. Op het moment van de hara kiri scheidde de kaishaku met een zwaard het hoofd van de romp. Dit was een daad van genade waardoor degene die seppuku pleegde onnodig en onwaardig lijden werd bespaard.
Kan	Waarneming, instinct. Als het ware een zesde zintuig. Intuïtie die ontstaat als gevolg van een intense beleving en een bijkans godsdienstige toewijding aan een werkwijze, kunst of ambacht.
Kanken	Zien met de geest, zien met de ogen.
Kannagara no michi	Het volgen van het pad der goden (Shinto). Morihei Ueshiba associeerde aikido met kannagara no michi.
Karma (Sanskriet)	Letterlijk: 'actie'. Universele wet van oorzaak en gevolg. Heeft direct consequenties inzake de wedergeboorte en de wereld van samsara. De consequentie van menselijke daden. Alle handelen zoals gedachten, daden, woorden lijden tot een energetisch residu. Karma kan zijn verdienstelijke of onverdienstelijk en is bepalend in het streven naar verlossing (nirvana).
Kashima jinja	Schrijn in Kashima, een stad in Ibaragi prefectuur. De schrijn is gewijd aan Takemikazuchi.no kami, een godheid gewijd aan het zwaard.
Katsujinken	Leven gevend zwaard. De ethische opvatting dat het zwaard er niet is om te doden maar om leven te geven. In de praktijk kwam dit er op neer dat een samurai zijn zwaard zo lang mogelijk in de schede liet zitten en pas trok als het gevecht niet was te vermijden. Het begrip 'katsujinken' werd ook gerelateerd aan een aantal technieken om gewapende

tegenstanders onder controle te houden of te ontwapenen zonder over te moeten gaan tot doden of letsel toe te brengen. Het begrip 'katsujinken' is sterk beïnvloed door de leer van het Boeddhisme, Shinto, Taoïsme en Confucianisme. Katsujinken staat tegenover 'satsujinken' = dodende zwaard.

- Kensei** Letterlijk: 'zwaardheilige'. De benaming die in Japan aan Miyamoto Musashi werd gegeven.
- Kensho** Zien, natuur. Kensho is een ervaring waarbij men een ontmoeting heeft met zijn werkelijke natuur. De zen ervaring waarbij men verlichting (satori) verwerft.
- Keppan** Bloedeed. In sommige traditionele krijgskunsten en ryu's (b.v. Katori Shinto ryu) is het gebruik dat bij de toekenning van een certificaat, ten bewijze van de bevoegdheid tot lesgeven of bekwaamheid, de gegraduateerde het certificaat met bloed bezegelde.
- Ki** Levensenergie, oerenergie. Manifestatie van de subtiele levensenergie die in elk mens stroomt en die niets anders is dan de oerenergie waaruit aarde en heelal voortkwamen. Ki betekent in het Japans zowel adem als bewustzijn. Ki is de fundamentele energie in al wat leeft en stelt ons in staat in alles dieper door te dringen dan alleen met onze fysieke, scheikundige en natuurlijke vermogens. Bewustzijn zelf is ki, mentale kracht is energie die uitgezonden kan worden naar elk deel van ons lichaam, of naar buiten kan worden uitgestraald. In het algemeen wordt gezegd dat de verzamelplaats van ki de buik is (seika tanden). In het Japanse schrift wordt ki aangeduid met de karakters (kanji) voor het woord rijst. Het woord rijst wordt weer gevormd door de kanji voor water en vuur. Anders gezegd: de kosmische energie, gesymboliseerd door water en vuur, wordt samengebond tot een geheel, waardoor de ki-krachten of oerenergie wordt opgewekt.
- Ki no misube** Verbonden zijn met de ki van een andere persoon. In kimisube zijn is een rijke, vruchtbare gebeurtenis die nieuwe kracht verschaft.
- Kiri hiraku** 'Snij en open'. De beweging van het zwaard dat alles afsnijdt wat bezoedelt, verontreinigt of ontwijdt en aldus een weg opent naar geestelijke vooruitgang.
- Kirisute gomen** Het recht en de plicht van de samurai iemand onmiddellijk en ter plekke te doden indien die iemand hem (naar zijn oordeel) geen of onvoldoende respect betoonde. Dit volgens

artikel 71 van de Osedakegaki (criminele code of wet). Een privilege van de samurai klasse uit de Tokugawa periode.

K'oeng fu tze (Chinees)

De Chinese naam van de wijsgeer 'Confucius', die leefde van 551 tot 479 v. Chr.. Confucius is van groot belang geweest voor de ontwikkeling van het 'Bushido'. Hij heeft relatie thema's behandeld als: meester en dienaar, vader en zoon, tussen echtgenoten, tussen broers en die tussen vrienden.

Kojiki

De kroniek van zeer oude gebeurtenissen, geschreven in 712 A.D. Het oudste boek van Japan. Het is een mythologisch werk. Het boek omvat een verzameling van legenden en mythen, over het ontstaan van de wereld, over de goden (kami) en over de eerste mensen, hun kennis van de wereld en hun riten.

Komo

'Roodharigen', hiermee werden oorspronkelijk de Hollanders bedoeld die als enige buitenlanders met Japan handel mochten drijven.

Kon dei

'Vastberaden jeugd'. Opvoedingssysteem dat werd ontwikkeld in de gevechtskunsten ook uit vorming in de filosofie en moraalleer. Het opvoedingssysteem vormde de basis voor een adellijke krijgerskaste.

Koto dama

Woordgeest, heilige klank en spraak. Heilige woorden. Mystieke klankleer uit de oude shinto religie. Gebruik waarbij klanken worden gereciteerd of gezongen. Heeft een reinigende en louterende werking. Morihei Ueshiba was beïnvloed door de koto dama van de Omoto religie. Vaak verklaarde hij aikido principes aan de hand van koto dama rituele klanken.

Kurai

Een vredige geest (als een voorwerp dat op water drijft). Geeft de toestand aan waarin geen enkele weerstand wordt geboden. Zich richten naar de wil van de tegenstander tijdens het gevecht, totdat zijn kracht afneemt en het juiste moment is gekomen om zelf aan te vallen. Ook 'klasse graad'.

Kyoshi

Leraar, iemand die de beginselen uitlegt (zie ook 'sensei'). Een sensei zal zichzelf nooit sensei noemen, maar 'kyoshi'.

L

Lao Tzu

'Oude Meester'. Mogelijk niet historisch juist, maar naar wordt verondersteld te hebben geleefd in de 6e -5e eeuw v.Chr.. 'Auteur' van de Tao Te Ching (de Classicus van Tao en Te) en één van de stichters van de school van het Taoïsme.

M

- Maitreya** De Boeddha die men in de toekomst verwacht als de vijfde en laatste van de sterfelijke Boeddha's. Naar men aanneemt verblijft hij in de Tushita hemel tot het moment dat hij op aarde verschijnt, ongeveer 30.000 jaren vanaf nu. Het geloof in de Maitreya is wijdverbreid onder het Tibetaanse Boeddhisme.
- Maki mono** Dit waren de traditionele geschriften van een martial arts traditie. Hierin stond beschreven de geschiedenis van de stijl en het curriculum van technieken. Soms ook met tekeningen van de technieken. Ook waren er makimono met gedichten die de technieken en principes verklaarden. Dit gebeurde dan in bewoordingen die voor een buitenstaander van de traditie onbegrijpelijk was. Toelichting op de gebezigde taal werd dan mondeling overgedragen tijdens de les.
- Marishiten** Boeddhistische godheid die dient als patroonheilige voor de martiale tradities.
- Maru** Heelal, rond, volmaakt, puur, zuiver, oorspronkelijk Een toevoeging die vroeger vaak werd gebruikt bij de benaming van kinderen, bv. Ushiwaka-maru. Ook bij de benaming van zwaarden werd de toevoeging gebruikt.
- Marubashi** Letterlijk: zuivere of oorspronkelijke brug. Het begrip verwijst naar de oerbrug die simpelweg uit een boomstam bestond die men bij het kappen doelbewust over een stroom liet vallen. In het Japans heet zo'n brug 'marukibashi' (boomstambrug). Als op zo'n brug twee personen willen passeren is ontwijken onmogelijk en strijd uitmaken wie zijn weg kan vervolgen. De strijd wordt beslist met één enkele slag met het scherp van de snede. Deze techniek is afkomstig uit de traditie van de Yagyu Shinkage ryu en wordt marubashi genoemd.
- Meng tse, Mensius** Latijnse naam voor Meng Tzu ('Meester Meng'), leefde 372 – 279. In het Japans Moshi genaamd. Chinees filosoof uit de vierde eeuw voor Chr.. Was de bekendste leerling van Confucius. Gaf de leer van Confucius verder vorm. Een politieke denker en raadsman van vorsten. Zijn filosofie leert dat de mens in essentie goed is. De menselijke natuur volgt het goede even spontaan als water dat naar beneden stroomt. Ook stelde hij dat de mens van nature een schat aan kennis met zich mee draagt, zodat diezelfde mens de juiste weg kan vinden en het daardoor niet het voorbeeld hoeft te volgen van de wijzen. Want zegt hij: 'de wijzen zijn van hetzelfde maaksel als wij'. Door dit op een natuurlijke, spontane manier nastreven van een harmonisch leven heeft de mens

als vanzelf een harmoniërende werking op de rest van de maatschappij. Meng tse was niet bij alle heersers van China even populair. In sommige perioden werden zijn naam en geschriften zelfs verwijderd uit de tempels en scholen. De oorzaak daarvan ligt in de consequenties van zijn denken. Mensen zijn immers in essentie goed en hoeven zich derhalve niet te bekommeren om innerlijke raadgevingen. Omstandigheden en fouten liggen niet bij hun maar aan de omgeving en de maatschappij. Heersers zijn daarom verantwoordelijk voor onvolmaaktheden en fouten. Zijn opvattingen verschilden wel met die van zijn leermeester Confucius. Hoewel evenals Confucius was ook Meng tse een voorstander van een monarchie en verwierp hij de oorlog. 'Er is nimmer een rechtvaardige oorlog geweest'. Hij meende evenwel dat het welzijn van het volk belangrijker was dan het welzijn van de heerser. Ook meende hij dat het volk het recht en de plicht had om een heerser af te zetten en zelfs te doden indien die heerser zijn plicht niet vervulde.

Menkyo

Certificaat als blijk van vaardigheid. Dan- en kyugraden zijn van recente datum. Voor die tijd ontving de leerling een menkyo van zijn leraar. Deze certificaten bevatten een overzicht van de technieken waarin de budoka zich tot dan toe had bekwaamd. het laatste certificaat dat een leraar zijn leerling gaf bestond meestal uit een gedicht, of een kalligrafie van één enkel karakter. Judo grondlegger Jigoro Kano was de eerste die overging tot het geven van dan - graden aan zijn studenten. Geleidelijk werd het systeem door meer krijgskunsten overgenomen en na de tweede wereldoorlog ook ingevoerd in het aikido.

Menkyo kaiden

Certificaat van hoogste bekwaamheid. Hoogste certificaat in de krijgskunsten.

Mizu no Kokoro

Letterlijk: 'een geest als kalm water'. Daarmee wordt bedoeld een geestgesteldheid die gelijkmatig kalm is als het onberoerde oppervlak van water. Het reflecteert slechts datgene in haar onmiddellijke nabijheid, zonder de nadruk op iets in het bijzonder te leggen. Het concept van rust vóór de aanval; om op de aanval adequaat te reageren. En tenslotte na de aanval terug te keren naar een toestand van mentale rust.

Mo tse, Mo ti

Mo tse leefde in de vijfde eeuw voor Chr.. algemeen geldt Mo tse als één van de voornaamste oude denkers van China. Zijn praktische filosofie is niet doctrinair, vredelievend en gericht op het welzijn van een ieder. In alles is hij gericht op wat van nut kan zijn. Muziek wijst hij af om praktische redenen; vorsten houden geen tijd over om te regeren, boeren houden geen tijd over om het land te bewerken. Om

soortgelijke redenen wijst hij het voeren van oorlog af. Legers hebben jonge mannen nodig en die kunnen op het land werkend van groter nut zijn. Ook op andere nadelen van de oorlogvoering wijst hij. Gezinnen worden uit elkaar gerukt. Mensen komen om door geweld van wapens of andere oorzaken als hongersnood en misoogsten en verlies van eigendommen. Volgelingen van Mo tse waren zozeer gekant tegen oorlogvoering dat men campagnes voerde om algehele ontwapening te bewerkstelligen. Een ander element uit de levensbeschouwing van Mo tse is dat van de alomvattende menselijkheid: 'Ieder behandel andere landen als het zijne, andere mensen als zichzelf' en 'zij die anderen liefhebben zullen op hun beurt liefde ontvangen'. De ideeën van Mo tse zijn terug te vinden in de leringen van de Omoto sekte van Onisaburo Deguschi, waarvan ook Morihei Ueshiba een volgeling was.

Muenen mushin

Een toestand zonder gedachten of ideeën. Ook 'muenen muso' genaamd. Dus een verdediging of aanval zonder gewetensbezwaren over de uitkomst.

Muga

Het verliezen van de eigen 'ik' door middel van geestelijke en lichamelijke training.

Muga mushin

Vernietiging van eigen lichaam en geest. Mushin, het niet-geestelijke en ushin, de tegenwoordigheid van geest. De geest concentreert zich op één punt en wordt dan 'oppervlakkig'. Mushin, de oergeest, kent geen fixaties of stilstand. Het is het stoffelijke dat het licht in alle dingen laat doordringen.

Musha shugyo

'Omwervingen van de ridder'. De gang van dojo naar dojo om meer kennis op te doen en nieuwe partners te ontmoeten. Ook martiale training.

Mutekatsu

Betekent: overwinning zonder handen. Wordt beschouwd als de ultieme situatie, overwinnen zonder te hoeven vechten.

N

Nihongi

Kronieken van Japan van de vroegste tijden tot 697 anno domino. Codificeerde vroege Shinto legenden en de oorsprong van de Japanse keizerlijke regels.

Nirvana (Sanskriet)

Letterlijk: 'uitdoven, uitblazen'. De plaats waar alle lijden is opgelost. In het 'nirvana' verkeert men in een staat van kalme emotieloze zaligheid, daar is alle haat (zelf) bedrog en het vuur van de lust verdwenen. Het nirvana is de uiteindelijke verlossing uit de vruchteloze cirkel van dood en wedergeboorte (samsara).

O

- Omoto kyo** 'De leer van de grote oorsprong, of bron'. Ook bekend als de Omoto religie. De leer van de sekte was op de Shinto religie gebaseerd. De sekte werd in het begin van de 20e eeuw gesticht door Nao Degushi, een ongeletterde vrouw en Onisaburo Degushi, een spiritueel begaafde, charismatische persoonlijkheid. De leer ging onder andere uit van de gelijkheid van alle mensen en van een sociaal rechtvaardige en pacifistische maatschappij. De sekte werd in de jaren tussen 1920 en 1945 ernstig vervolgd door de Japanse overheid. Morihei Ueshiba was een overtuigd volgeling van de sekte.
- On** Geschenken van het leven zelf en voor het leven, ontvangen van de keizer, de ouders, de leraren enz.. De tegenhanger van de 'on' zijn de gi-mu en de gi-ri. Gi-mu is een verplichting die men zijn hele leven nooit kan voldoen om met 'on' in evenwicht te komen. Gi-ri is minder heilig. Er is wel sprake van evenwicht in geven en ontvangen. Naar de familie toe is gi-ri erg sterk Een uiterste antwoord in niet kunnen voldoen aan gi-ri kan zelfmoord zijn, b.v. als een dochter trouwt zonder toestemming van de ouders.
- Otakebi** Letterlijk: 'grote (luide) schreeuw'. Voordat Morihei Ueshiba de schreeuw uitte riep hij een van de vroegste goden van Japan aan, namelijk: 'Ame no Tokotachi no Kami Tsunemori'. Geruime tijd heeft O sensei zich van de naam Tsunemori Ueshiba bediend.
- Ouch** Een onbeleefd woord dat nooit wordt gebruikt in het normale spraakgebruik in de Japanse maatschappij. En al zeker niet door vrouwen. In sommige martial arts scholen wordt het gebezigd als een antwoord op commando's van de leraar of bij het aan- en afgroeten. Vermoedelijk is het een verkorting van 'osu-shinobu'. Dit kan men interpreteren als: een mannelijke persoon die de conclusie trekt dat de ander een ongelikte beer of lomperd is. Een betere uitdrukking is 'hai' (ja). Dit betekent eenvoudig dat men de leraar heeft begrepen, en niets meer.
- ## R
- Reido** De weg van de geest, levenslust, (levens)kracht, energie, moed.
- Reiki** Universele levensenergie. Dat wil zeggen, de energie in en rondom ons.

Ren chi shin 'Een gevoel van schaamte'. Inbreuk maken op de eer van een samurai wordt gevoeld als 'ren-chi-shin'; de samurai ervaart schaamte.

Ronin Letterlijk: golven man. Rondzwervende zwaardvechter, samurai zonder heer.

S

Sabi Verlatenheid of eenzaamheid. De begrippen 'wabi' en 'sabi' zijn twee fundamentele principes in de Chinese en Japanse cultuur en kunstvormen. Wabi laat zich vertalen als armoede of als behoefte; Sabi als verlatenheid of als eenzaamheid. De meer filosofische betekenis is echter veel weidser en moeilijk in enkele woorden samen te vatten. Zo duidt wabi op een zekere onafhankelijkheid van materieel bezit en op innerlijke rijkdom die elk aards bezit verre te boven gaat. Sabi duidt op het ontbreken van geraffineerdheid, een gebrek aan 'wereldwijsheid'. Een goed voorbeeld voor wabi en sabi zijn de benodigdheden voor een Japanse theeceremonie. Gemaakt van natuurlijke materialen ogen ze heel eenvoudig, terwijl ze overduidelijk met heel veel zorg zijn gemaakt. Sabi uit zich door sierlijkheid, bevalligheid, eenvoud tezamen met een onverbreekelijke band met oude tradities. Sabi houdt ook een zekere onvolmaaktheid en het ongekunstelde in. De filosofische begrippen wabi en sabi worden geassocieerd met de liefde voor de natuur, een voorkeur voor een zekere onevenwichtigheid en asymmetrie en het vermijden van abstractie, intellectualisme en de overdreven zin voor het praktische.

Sakura Kerseboom. De sakurabloesem is een symbool voor kortstondige schoonheid en de onbaatzuchtige liefde voor het leven. Geeft uitdrukking aan de doodsgedachte, in de zin van het zich volledig losmaken van het leven, zoals de bloem van de kerseboom zich spontaan losmaakt van de boom.

Samsara (Sanskriet) De kringloop van wedergeboorte. Het Boeddhisme gaat uit van het beginsel van reïncarnatie; het lot van gewone stervelingen. Een eindeloos lijden in de opeenvolgende cyclus van dood en wedergeboorte. Om aan deze kringloop te ontsnappen is er de mogelijkheid te streven naar verlossing.

Samurai Letterlijk: dienaar. Japanse krijger, die het recht had twee zwaarden te dragen. Ook bekend onder de naam 'Bushi'. bovenlaag in feodaal Japan. De andere klassen waren in volgorde: de boeren, de handwerkslieden en de kooplui (met uitzondering van de aristocratie). Er waren drie samurai klassen: de 'sei-shi', afkomstig uit de hofadel, de 'ka-shi' die

uit de boerenstand werden gerekruteerd en de 'ronin', zwerfende zwaardvechters of samurai die hun meester waren verloren. De Ninja klasse werd niet gerekend tot de samurai te behoren. Oorspronkelijk: 'Samu-rau' = 'hij die dient'.

Satori	Zelf-verwezenlijking. Geestelijke verlichting of ontwaking. Woord uit het zen boeddhisme. Satori is een ervaring of plotselinge bewustwording. Een raadselachtige ervaring, die plotsklaps verlichting veroorzaakt. De intuïtieve en diepe bewustwording van een verborgen waarheid. Satori is geen eenmalige ervaring. In zen begint het met de opening van satori en zet zich voort via talrijke momenten van diep, innerlijk begrip. Satori is het Japanse begrip van het boeddhistische 'bodhi' of Chinese 'woe'.
Satsu	Omgaan met de dood.
Satsujinken	Dodende zwaard, leven nemende zwaard. Staat tegenover het 'levengevende zwaard' (katsujinken).
Seiho	De traditionele Japanse geneeskunst. Seiho maakt deel uit van het studieprogramma van het vechtsysteem Shorinji kempo. Het omvat onder andere acupressuur (massage van de acupunctuur punten) en manuele therapie van het beenderstelsel. Seiho is gebaseerd op de Chinese geneeskunst.
Sensei	Letterlijk: 'degene die hier voor u was / eerder is geboren, oudere'. Leraar. Een leraar wordt respectvol aangesproken met sensei; een term die ook wel gebruikt wordt wanneer men een arts of bijvoorbeeld een schrijver aanspreekt. De leraar zal zichzelf geen sensei noemen, maar 'kyoshi', dit is iemand die de beginselen uitlegt. In Japan gewoonlijk voorbehouden voor leraren vanaf 4 ^e dan. Fonetische uitspraak = 'sen-see-i'.
Seppuku	Elegante term voor hara-kiri of rituele zelfdoding. Door het opensnijden van de buikwand met een wakazashi, waarna onmiddellijk onthoofding volgde. Privilege van de samurai in feodale tijden.
Setsuninto	Dood brengende zwaard. Staat tegenover het 'levengevende zwaard' (katsujinken). Zie ook: satsujinken.
Shin bu honrai fuji	'De Weg van de Goden en de Weg van de Krijgskunst (bu) zijn oorspronkelijk niet twee verschillende wegen'. Een uitdrukking die Morihei Ueshiba gebruikte om de essentiële eenheid van shinto en budo aan te geven.

Shihan	‘Shi’ = leraar, ‘han’ = wijs. Letterlijk: ‘degene die het voorbeeld geeft’. De term shihan is voorbehouden voor oudere leraren die in hun dagelijkse doen en laten blijk geven van hun kennis en inzicht en zodoende een voorbeeld stellen. Een shihan heeft tenminste een zevende dan.
Shinken shobu	‘Vechten tot de dood volgt’. Letterlijk betekent shinken-shobu strijden met een ‘echt’ zwaard. Figuurlijk wordt ermee bedoeld ‘met volledige overgave beoefenen van de techniek’.
Shinmu fusatsu	‘Niet doden’, het hoogste ideaal in het Japanse budo.
Shinto	Oorspronkelijke religie van Japan, betekent: ‘Weg van de Goden’. Het woord shinto raakte pas rond 560 A.D. in gebruik om de oude Japanse religieuze gebruiken te onderscheiden (tot dan toe eenvoudigweg omschreven met ‘de Weg’) van de groeiende invloed van het Japanse boeddhisme. Shinto is gebaseerd op animisme en voorouderaanbidding.
Shisetsu	Letterlijk: de volhardendheid van de samurai (de setsu - bamboeknoop- van de samurai). De uitdrukking staat voor het volhardende karakter van de ervaren samurai. Het vermogen om vol te houden en door te zetten en aldoende het beoogde doel te bereiken, wat dat ook moge zijn.
Shodo	Kalligrafie. De weg van het schrijven met het penseel.
Sui getsu	Betekent: het weerschijnen van de maan op het water. Het aanhouden van een constante gevechtsafstand van een tegenstander, door steeds de afstand aan te passen aan de bewegingen van de tegenstander. Betekent: onbenaderbaar staan, als de reflectie van de maan op stil water. De geest van een martial artiest hoort te werken als water dat de maan weerspiegelt: zonder verstoring. Het water blijft stil en niet beroerd door de reflectie van de maan. Zo hoort de geest van een krijger te zijn: stil en niet gehinderd door acties die om hem heen plaatsvinden.
Suisei mushi	Geboren worden, leven en sterven in een bewuste droom. Dat is het lot van de meeste mensen. Tegengesteld aan de gedachte dat de mens deel is van het ‘Grote Geheel’.

T

Taishi ichiban	Wedergeboorte. Letterlijk: ‘eens een grote dood sterven’. In de zin van: vastbesloten zijn eens een schitterende dood te sterven; zijnde zo gestorven wordt men herboren.
-----------------------	---

Tai wa	‘Yama-To’ = Grote Vrede, de oorspronkelijke naam van Japan: ‘het land van de grote vrede’.
Takemikazuchi no mikoto	Shinto god/geest van de martiale traditie die bekend staat onder de naam Kashima Shinto ryu.
Takemusu	Krijgskunst - scheppende levenskracht. Spontane creatie.
Takemusu aiki	‘Onuitputtelijke bron van aiki’. De uitdrukking die Morihei Ueshiba gebruikte om de oneindige creativiteit van aikido aan te duiden. Hij bedoelde daarmee in het bijzonder het spontaan uitvoeren van perfecte technieken.
Tanden	In het boeddhisme is de tanden het spirituele middelpunt van de mens en ligt ongeveer 5 cm beneden de navel (op afbeeldingen van Boeddha dikwijls aangegeven met een lotusbloem). Alle geestelijke en lichamelijke kracht vloeien eruit voort en de basisoefening bestaat uit het zich concentreren op de juiste spanning van de buikspieren. Door de tanden loopt de spirituele lichaamsas en het lichaamszwaartepunt van de mens. Het is de oorspronkelijke bron van de ‘levenskracht’. De hele kunst van het meesterschap over de tanden bestaat uit het vrijmaken van alle krachten die over het lichaam verspreid zijn en deze leiden en samenbrengen in de tanden. Dit vermogen werd altijd geleerd in de martiale kunsten. In het Chinese Taoïsme heet dit punt ‘seika-tanden’ en betekent ‘de rivier van vermiljoen’. Heet in het Japans ook: ‘Kikai-tanden’ of ‘oceaan van ki’ (zie ook ‘hara, ki en tan tien’).
Tan t’ien (Chinees)	Letterlijk: ‘zee van chi’. Het zwaartekracht centrum van het lichaam. Ook wel genoemd ‘het cinnaber veld’ of ‘elixer veld’. Bevindt zich ongeveer vijf centimeter onder de navel. Wordt beschouwd als het centrum van de vitale energie of chi (‘ki’ in het Japans). Vanuit dit punt vloeit chi door het hele lichaam. Eén van de voornaamste doelstellingen van meditatie technieken en ademhalingsoefeningen in de krijgskunsten is om de chi in de tan tien te vergroten en versterken. Zie ook ‘tanden’.
Tao (Chinees)	(1) Het pad, de weg. (2) Diepste zin van het bestaan; fundamenteel concept in het Taoïsme.
Taoïsme	Filosofie van de Tao. Chinese religie volgens de richtlijnen van Lao-Tse in de 6e eeuw voor Chr.. De Tao Te Ching, het voornaamste heilige boek van het Taoïsme, wordt aan Lao-Tse toegeschreven. Tao is een woord dat zich niet gemakkelijk laat omschrijven. Het betekent; weg, route, pad en nog vele andere dingen.

Tao te ching (Chinees)

Beroemd filosofisch werk, toegeschreven aan de grote Chinese wijsgeer 'Lao-Tse' (leefde vermoedelijk van 614 - 517 (?) v. C.). 'Tao' is een niet te vertalen woord, het geeft uitdrukking aan betekenissen als pad, de weg. 'Te' wordt ook wel vertaald als deugd, maar kan ook betekenen 'het openbaar worden van het Tao in de mens'. 'Ching' betekent klassiek, canoniek. Dit woord werd eerst 350 jaar later aan het werk toegevoegd. Wordt ook wel vertaald als: 'de Weg en de Kracht'. Volgens de legende zou Lao-Tse zijn kennis van de Tao hebben neergeschreven bij wijze van tol. Toen hij aan het eind van zijn leven het land wilde verlaten weigerde de grenswachter Yin-Hi hem door te laten. Pas toen Lao-Tse op verzoek van Yin-Hi de Tao Te Ching had geschreven en het geschrift aan de grenswachter overhandigde liet deze hem de grens passeren. Hierna werd van Lao-Tse nimmer meer iets vernomen.

Tatemaie

Een 'tatemaie' is een begrip om een probleem te omzeilen. Het komt er op neer dat men vaak een eufemisme gebruikt om niet rechtstreeks een antwoord te hoeven geven op een vraag of verzoek dat zou leiden tot een ontkenning of een weigering.

Todomaru kokoro

De geest die stopt. De krijger die tijdens een gevecht te veel op een detail is gericht of denkt aan iets anders dat eerder is gebeurd, verkeert onder de invloed van todomaru kokoro. Geestelijk staat de krijger stil bij een gebeurtenis, het belemmert hem adequaat te reageren. Hij kan de techniek niet goed meer uitvoeren en is daardoor kwetsbaar geworden.

Tokonoma

Alkoof of verhoging. In of op de tokonoma van een dojo staan meestal wat bloemen en een portret van de stichter van een ryu.

Tsuki

Betekent: de maan.

Tsuki no kokoro

Letterlijk: 'een geest kalm als de maan'. Het ziet alles, maar is op niets gefixeerd. Ermee wordt bedoeld een kalme, koelbloedige, onpartijdige houding. Als de maan die onpartijdig over alles schijnt en zich daardoor bewust is van het totale landschap in het algemeen, alsook van de afzonderlijke details.

U**Uchi deshi**

Directe discipel. Leerling die inwoont bij de leraar. Een uchi deshi woont in de dojo en is eigenlijk fulltime bezig met budo, draagt zorg voor de dojo en helpt nieuwkomers,

assisteert de leraar in zijn lessen en waar verder nodig. Uchi = huis en deshi = leerling.

Uso Onwaarheid, maar niet in de zin van doelbewust liegen, maar meer om niet onbeleefd te hoeven zijn.

W

Wa Vrede. Unieke Japanse uitdrukking om 'harmonie' en 'gemeenschap' te beschrijven. Er is geen woord te vinden dat de essentie van de Japanse beschaving beter illustreert. Japan heette vroeger 'Yama-To' dit is 'het land van de grote wa wa-jin = de mensen van wa'.

Wabi Diepe armoede en eenvoud. Het concept van Wabi drukt een zekere onafhankelijkheid van materie uit, het niet afhankelijk zijn van materieel bezit. Het duidt ook op ongecompliceerdheid, het ontbreken van overdadige versieringen en gewichtigdoenerij. Daarvan stamt het gebruik om een voorwerp van grote schoonheid en verfijning te maken uit de eenvoudigste materialen. Houding die een diepe eerbied uitdrukt voor de nederigste dingen in de natuur. In dit 'wabiconcept' past de wijze waarop shinto tempels en traditionele Japanse houten huizen zijn geconstrueerd. Zie ook 'sabi'.

Wado De weg van de universele harmonie van vrede.

Wago no michi 'De Weg van vrede en harmonie'.

Waka sensei Letterlijk 'jonge meester'. Zoon van de meester, bestemd om de meester op te volgen na diens dood of aftreden.

Wakaru Verdeeld zijn. Doormidden slaan. Chinees ideogram dat de mens voorstelt, het lagere, het zwaard. Wakaru is een deel dat niets anders is dan de uitdrukking 'geheel'.

Woe (Chinees) Geestelijke verlichting of ontwaking. In het Japans bekend als 'satori' en in het boeddhisme als 'bodhi'. Het streven van de Chinese tj'an-boeddhisten om verlichting in dit aardse leven te bereiken.

Wu te (Chinees) Letterlijk: 'martiale deugd'. Ziet op de morele inhoud van de krijgskunsten die, als verondersteld, door Bodhidharma (Ta mo) in China zijn geïntroduceerd.

Wu-wei (Chinees) Letterlijk: 'geen actie'. Betekent werkelijk: natuurlijk reageren, niet geforceerd reageren.

Y

- Yang (Chinees)** Mannelijk, positief (zie ook 'yin'). Het Chinese woord yang doelt op alles wat actief is, expansief, bewegend, hard, licht, helder. Yang is het handelende. Niets is volledig yang of yin. Yang wekt yin op en omgekeerd.
- Yin (Chinees)** Vrouwelijk, negatief (zie ook 'yang'). Het Chinese woord yin doelt op alles wat negatief of passief is, traag, zacht, stoffelijk, zwaar, donker. Yin is het ontvangende. Niets is volledig yin of yang. Yin wekt yang op en omgekeerd.
- Yoga (Sanskriet)** 'Verbinding' of 'vereniging'. Het woord yoga komt uit het Sanskriet en betekent 'yuk' of balans. Yoga is al eeuwen bekend vanuit oude geschriften en mondelinge overdracht. Yoga handelt over de manier waarop we ons levensjuk kunnen dragen en hoe we beide kanten in balans kunnen houden. Het is een bewustwording van het levensprincipe in en om onszelf, om daardoor te realiseren dat alles één is. Het beoefenen van yoga leidt ertoe dat men beter met conflicten om kan gaan en daardoor innerlijke vrede bereikt, waardoor het leven blijer, vrijer en meer zinvol wordt.
- Yoseikan**
- (1) Het huis waar men waarlijk het stoppen van de speer leert.
 - (2) Het huis waar men tot rechtschapenheid wordt opgevoed.

Z

- Zanshin**
- (1) Letterlijk: toevende geest. Waakzaamheid.
 - (2) 'Blijvend hart'. Ononderbroken concentratie. De eenheid met de partner blijft ononderbroken, ook na een worp. Geeft uitdrukking aan 'controle en dominantie over een aanvaller' na een techniek.
- Zen**
- Discipline die leidt tot zelfverwezenlijking. In het Chinees 'zenna' (of 'channa'), een taalkundige afleiding van het Sanskriet woord 'dhyana' hetgeen betekent 'meditatie'. Een tak van het Mahayana Boeddhisme die in de 6e en 7e eeuw in China ontstond na de komst van Bodhidharma. Later ontstonden hieruit de Soto en Rinzai scholen. Zen is via Bodhidharma (Daruma in het Japans) in Japan geïntroduceerd. Zen legt de nadruk op de ontwikkeling van de intuïtie en het bereiken van satori (verlichting/inzicht). Het is door meditatie, de eenwording van geest met de natuur en het universum.
- Zen ken shu**
- Door één ding te doen, duizend dingen leren kennen. Basisprincipe van de samurai Miyamoto Musashi.

Aiki bujutsu stijlen.

Vandaag de dag zijn er vele vormen van aiki bujutsu. In de aard zijn er slechts drie van wezenlijk belang. Alle andere stijlen grijpen terug op die drie hoofdstijlen. Dat zijn:

- de oude Daito ryu tradities;
- het moderne aikido van Ueshiba;
- de ki-aikido stijl van Koichi Tohei.

Wel is het zo dat ook andere krijgskunsten van belang zijn geweest voor de ontwikkeling van de aikibujutsu. Dat zijn de oude zwaardscholen van de Kashima ryu en de Katori ryu, en krijgskunst tradities als jujutsu, judo en karate. Voor atemi technieken steunen de aikibujutsu op karate technieken. Jujutsu en judo waren van invloed op werp- en klemtechnieken. Denk maar aan een techniek als koshi nage. Daarom zijn ook deze krijgskunst tradities in dit overzicht opgenomen. Ook een aantal personen die van wezenlijk belang zijn geweest voor hun krijgskunst stijl zijn bij de desbetreffende traditie beschreven.

Aikibudo.

Een van de vroege namen die Morihei Ueshiba gebruikte om zijn vechtkunst aikido aan te duiden. In de jaren 1930 tot ± 1940. Het staat zeer dicht bij de stijl daito ryu aiki jutsu. De naam wordt thans vooral geassocieerd met de aikido vorm die wordt onderwezen door Minoru Mochizuki. Ook Yoseikan aikibudo genaamd.

Aikido.

‘Weg van de geestelijke en lichamelijke coördinatie van energie’. Martiale vechtkunst ontwikkelt in Japan vanaf 1931 door O sensei Morihei Ueshiba. (1883 - 1969). Basis van het aikido vormt het Daito ryu aiki jujutsu. Een vechtkunst die Morihei Ueshiba vele jaren bestudeerde onder leiding van grootmeester Sokaku Takeda. Eerst in 1942 kreeg deze krijgskunst de definitieve benaming ‘aikido’. Op zichzelf is aikido dus een vrij jonge krijgskunst.

Morihei Ueshiba.

O-sensei Morihei Ueshiba, geboren 14 december 1883 in Tanabe, Kii provincie, tegenwoordig Wakayama prefectuur en overleden in Tokio op 26 april 1969. Morihei Ueshiba is de ‘Kaicho’ (grondlegger) van het aikido en wel in het bijzonder de stijl die bekend staat als aikikai. Het kenmerkende van aikikai zijn de ruime circulaire vloeiende bewegingen. Ook is er in de aikikai stijl een tendens gaande om het aantal technieken dat wordt beoefend te beperken. Het is bekend dat Ueshiba verschillende krijgskunsten heeft beoefend. Onder andere: Tenjin Shin’yo ryu jujutsu onder Tokusaburo Tozawa in Tokio gedurende een korte periode in 1901, Goto Ha Yagyū Shingan ryu onder Masakatsu Nakai van 1903 tot 1908 in Sakai stad nabij Osaka, judo onder Kiyochi Takagi in 1911 in zijn geboorteplaats Tanabe, Daito ryu jujutsu onder Sokaku Takeda vanaf 1915 in Hokkaido, Shinkage ryu kenjutsu eveneens onder Sokaku Takeda, Kashima Shinto kenjutsu vanaf 1939 en Yagyū Shinkage kenjutsu onder Kosaburo Gejo tussen 1920 en 1930. Zijn belangrijkste leraar is echter Sokaku Takeda geweest die hem het Daito ryu jujutsu bijbracht. Het is duidelijk dat de technieken van het Daito ryu jujutsu van grote invloed zijn geweest op het aikido. Ueshiba was ook sterk betrokken bij de Omoto religie die geleid werd door de Shinto priester Onisaburo Degushi. Zijn betrokkenheid bij deze beweging begon al in december 1919. Hij woonde in Ayabe het hoofdkwartier van de Omoto beweging van 1920 tot 1927 en was zeer actief in de beweging en een trouwe volgeling van Degushi. Hij vergezelde Degushi ook op een zendingsreis naar Mongolië in

1924. De zendingsreis liep uiteindelijk slecht af en de reizigers werden gevangen genomen door een Chinees leger. Ze werden gemarteld en tenslotte werden ze bevrijd door het Japanse leger. Terug in Japan vestigde Ueshiba zich met zijn gezin in 1927 in Tokio, waar hij in 1931 de Kobukan dojo stichtte. In 1942 trok hij zich, tengevolge van de 2^e wereldoorlog terug op het platteland in Iwama (Ibaragi prefectuur) en stichtte daar een boerderij met de naam 'aiki en'. Daar hield zich bezig met de landbouw, meditatie en intensieve training in de budokunsten. Op dezelfde plaats van de 'aiki en' is nu de Iwama dojo gevestigd. De beheerder daarvan is Morihiro Saito. Later verklaarde hij dat in deze periode hij het aikido in zijn huidige vorm perfectioneerde. Feit is dat na de 2e wereldoorlog het aikikai gestalte kreeg, waar het in de jaren voor de oorlog nog sterk was geënt op het Daito ryu jujutsu. Ueshiba ontving in 1960 van de Japanse overheid de Medaille van Eer met het Purperen Lint. Zijn laatste jaren bracht hij door in Tokio waar zijn gezondheid geleidelijk aan minder werd. Niettegenstaande dat bleef hij lesgeven tot begin februari 1969. Toen werd hij ziek en werd naar het Keio Universiteits hospitaal gebracht. Daar constateerde men dat hij niet meer beter zou worden en werd hij naar huis gebracht om daar te sterven. Op 26 april 1969 overleed Morihei Ueshiba aan leverkanker. Postuum ontving hij de boeddhistische naam 'Aiki - in Seibu Enyu Daidoshi'. Morihei Ueshiba was gehuwd met Hatsu Itogawa. Ze huwden in 1903. Ze kregen drie zonen en een dochter. Alleen de huidige Doshu Kisshomaru Ueshiba en de dochter Matsuko bleven in leven. Ze overleed op 26 juni 1969, slechts korte tijd na de dood van haar man.

Kisshomaru Ueshiba.

Derde zoon van Morihei Ueshiba, geboren 27 juni 1921. Hij behaalde in 1946 een graad aan de Waseda universiteit. Volgde zijn vader op na diens dood in 1969 als aikido Doshu. Kisshomaru Ueshiba is hoofd van de Hombu dojo in Japan en sinds 1967 voorzitter van de aikikai stichting. Ook is hij bestuurder van de Nippon Budokan, de 'Hal van Martiale Kunsten' in het centrum van Tokio. Kisshomaru Ueshiba heeft inmiddels meer dan twintig boeken over aikido en martiale kunsten op zijn naam staan, waaronder het boek 'aikido no Kokoro' (Dit is aikido).

Moriteru Ueshiba.

Zoon van Kisshomaru Ueshiba en geboren op 02 april 1952. Heeft een universitaire graad in de economie. Is de 'Waka sensei' (jonge leraar) en de beoogde opvolger van de Doshu. Sinds 1986 is hij de Dojo Cho van de aikikai aikido Hombu dojo. Hij reist veel over de wereld om demonstraties en onderricht in aikido te geven. Heeft enkele boeken over aikido gepubliceerd.

Aikido Schools of Ueshiba.

Dit is het aikido dat wordt geïnstrueerd door Mitsugi Saotome (geboren 1937). Hoofdinstructeur van de aikido Shobukan dojo in Washington DC. Saotome sensei heeft een ruime opvatting over hoe aikido kan worden beoefend. Enerzijds stevige praktische uitvoering van de technieken, en anderzijds de zachte gevoelige benadering van aikido. Ook ligt er een aanzienlijke nadruk op het gebruik van wapens in de training. Gedurende een lange tijd volgde deze organisatie een onafhankelijke koers en ontwikkeling van de Aikikai, die geldt als officiële stijl in het aikido.

Aikijutsu.

'Techniek van de harmonieuze geest'. Een zeer oude jujutsu stijl, gebaseerd op het principe van coördinatie tussen aanval en verdediging. Aiki jutsu werd ontwikkeld door Shinra Saburo

Miyamoto gedurende de Kamakura periode (1185 - 1382). Het is de stijl waaruit tenslotte het daito ryu jujutsu en het aikido voortkwam.

Aikijujutsu.

‘Meegaande weg van de goddelijke harmonie’. De naam werd door Morihei Ueshiba in de jaren 1920 tot ± 1930 gebezigd om de vorm van ju jutsu aan te duiden die hij in die jaren beoefende.

Aikikai.

De aikido stijl die door Morihei Ueshiba is ontwikkeld uit andere vechtkunsten als daito-ryu ju jutsu en aikibudo, gedurende de jaren 1942 tot het midden van de jaren '50. Aikikai is de naam van de stijl die thans wordt aangevoerd door Morihei Ueshiba, O-sensei's kleinzoon, onder auspiciën van de Internationale Aikido Federatie. Aikikai wordt gezien als de belangrijkste stroming in het aikido. In werkelijkheid is deze ‘stijl’ méér een paraplu voor de verschillende aikidostijlen, dan een specifieke stijl. Dit komt omdat binnen de Aikikai door meerdere aikido leraren les wordt gegeven en elke leraar heeft zijn eigen opvatting over hoe de technieken moeten worden uitgevoerd en met welke intentie. Dus elke leraar onderwijst op zijn ‘eigen’ manier. Aikido zoals onderwezen door Morihei Ueshiba is in zijn algemeenheid breed en met vloeiende bewegingen. De nadruk ligt op de standaard syllabus en weinig of geen wapen training. Andere leraren binnen de Aikikai, zoals wijlen Morihei Saito en Chaba sensei, leggen juist weer meer nadruk op wapen training.

Aikikai Hombu Dojo: de naam van het Wereldhoofdkwartier van de belangrijkste aikido organisatie. Tevens de voornaamste dojo van de grondlegger van het aikido Morihei Ueshiba.

Daito ryu.

Letterlijk: De school van het kasteel Daito. Aikijujutsu school, gesticht door Sokaku Takeda eind vorige eeuw. Hij combineerde oshiki uchi met in-yo ho (yin-yang methode). Het is de school die de basis vormt voor veruit de meeste Aiki stijlen.

Sokaku Takeda.

Grootmeester Takeda (1858 - 1943) was de Doshu van het ‘Daito ryu jujutsu’ en leermeester van Morihei Ueshiba. Sokaku Takeda was een begaafde krijgskunstenaar. Zwaardtechnieken bestudeerde hij bij de Ono Ha Itto Ryu (vanaf 1870) en de Jikishin Kage ryu (vanaf 1875). In 1898 begon hij de grijp technieken (oshikuchi) van de Aizu samurai te bestuderen. Zijn kennis van de krijgskunsten bracht hij tenslotte bijeen in een systeem dat hij Daito ryu jujutsu noemde. Sokaku Takeda stamde uit de Aizu clan, een oud geslacht, een tak van de beroemde Minamoto familie. Volgens overlevering zou de leer van Daito ryu jujutsu teruggaan tot Prins Sadazumi (874 - 916), zesde zoon van keizer Seiwa, die de eerste technieken van aiki-jutsu zou hebben ontwikkeld. De technieken zouden zijn doorgegeven aan Yoshimitsu (Genji) Minamoto, die circa 1100 A.D. de Daito ryu zou hebben gesticht. Yoshikiyo, de zoon van Yoshimitsu Minamoto, verhuisde naar Koga, Yamanashi prefectuur en stichtte de Takeda clan. De krijgstechnieken waren geheim en werden alleen aan clanleden doorgegeven. In 1915 ontmoette Morihei Ueshiba voor het eerst Sokaku Takeda in Engaru op het eiland Hokkaido en begon zijn onderricht in Daito ryu jujutsu, waaruit tenslotte na toevoeging van elementen uit verschillende andere krijgskunsten het aikido ontstond.

Daito ryu aikibudo.

Naam van de daito ryu school/stijl. De school werd gesticht door Tokimune Takeda, zoon van Sokaku Takeda en is gevestigd in Abashiri, Hokkaido. De stijl omvat naast de daito ryu jujutsu technieken ook de zwaard technieken van de Ono ha Itto ryu.

Tokimune Takeda.

Geboren in 1916 en overleden op 02 december 1993. Tokimune Takeda was de derde zoon en opvolger van Sokaku Takeda in het Daito ryu jujutsu. Tokimune Takeda stichtte in 1953 de Daitokan dojo in Abashiri op het eiland Hokkaido. De Daitokan dojo is het huidige hoofdkwartier van het Daito ryu aiki budo en het symbolische centrum van het Daito ryu aiki jujutsu. Tokimune Takeda voegde aan het Daito ryu aiki jujutsu elementen van het Ono Ha Itto Ryu kenjutsu toe en noemde zijn systeem Daito ryu aiki budo.

Daito ryu aiki jujutsu.

Een latere naam voor de krijgskunst die eerst bekend stond onder de naam 'daito ryu jujutsu'. Een jujutsu school en de technische voorloper van aikido. Werd ontwikkeld uit oshiki uchi een jujutsu vorm die werd onderwezen aan Takeda Sokaku door Saigo Tonomo (soke). Dit vond plaats in circa 1900. Takeda reisde rond in Japan om overal les te geven, in het bijzonder op politie- en militaire academies. De stijl maakt gebruik van of subtiele bewegingen die de balans verstoort van de tegenstander. Shinra Saburo Minamoto Yoshimitsu (1056-1127) word genoemd als de persoon die de stijl zou hebben ontwikkeld.

Daito ryu jujutsu.

Een krijgskunst die werd onderwezen door Sokaku Takeda tot zijn dood in 1943. De krijgskunst bevat een groot aantal jujutsu technieken, maar ook zwaard- en andere wapentechnieken. Daito ryu Aiki Jujutsu ligt ten grondslag aan het Aikido van Morihei Ueshiba.

Daito Ryu Shimbukan.

Aan het hoofd staat Katsuyuki Kondo, senior student van Tokimune Takeda en de enige student die het Menkyo Kaiden certificaat (diploma van volledig meesterschap) van Tokimune Takeda heeft ontvangen.

Katsuyuki Kondo.

Geboren in Tokio, Katsushika Ward in maart 1945. Zijn eerste leraar in Daito aikijujutsu was Hosono Tsuneiro, een student van Sokaku Takeda. Ook studeerde hij onder Kotaro Yoshida van circa 1963 tot 1965. In 1966 ging hij studeren bij Tokimune Takeda en oktober 1969 stichtte hij de Daito ryu aikibudo dojo in Katsushika Ward in Tokio. In 1974 ontving hij het kyoju dairi certificaat van Tokimune Takeda, en mei 1988 het menkyo kaiden certificaat. Tevens werd hij door Tokimune Takeda benoemd tot soke dairi. Na de dood van Tokimune Takeda werd hij in september 1994 door een comité van dojo hoofden Daito ryu aangewezen als 'hombusho' en 'somusho'. Dit bij gebrek aan een geschikte opvolger uit de Takeda familie. In 1995 werd hij formeel erkend door de Japan Kobudo Associatie (Nihon Kobudo Kyokai) en de Society voor de Promotie van Japanse Kobudo (Nihon Kobudo Shinkokai) als de officiële vertegenwoordiger van Daito ryu aikijujutsu.

Daito Ryu Takumakai

Gesticht door wijlen Hisa Takuma (1896-1980), student van Sokaku Takeda. Hisa Takuma was één van de twee personen die het Menkyo Kaiden certificaat van volledig meesterschap in de Daito ryu aikijujutsu in ontvangst mocht nemen van Sokaku Takeda.

Hakko-Ryu.

Een moderne jujutsu stijl, die werd ontwikkeld uit Daito ryu aiki jutsu. Het basis curriculum is eenvoudig, echter de technieken zijn heel divers. Veel technieken zijn gelijk aan aikido. Yoshiji Okuyama, student van Sokaku Takeda en Toshimi Matsuda, stichtte de Hakko ryu aiki jujutsu in 1941, na vele jaren van studie van het Daito ryu aiki jujutsu. Hij was medicus die zijn kennis van medicijnen en anatomie aanwendde om de harde Daito ryu technieken om te vormen tot een meer veiliger en vriendelijker systeem. De naam betekent: acht stralen van licht.

Hapkido.

‘Weg van gecoördineerde kracht’. De krijgskunst is ontstaan kort na de tweede wereldoorlog. Het systeem bevat technieken uit het Tae Kwon Do en Daito ryu jujutsu. Een Koreaanse krijgskunst, samengesteld door Yong Sul Choi (1904-1986). Er wordt beweerd dat Yong Sul Choi een leerling was van Sokaku Takeda en dat het daito ryu systeem ten grondslag ligt aan hapkido. Alhoewel er overeenkomsten zijn in technieken van beide krijgskunsten is enige relatie nooit definitief aangetoond. Ook in de leerlingen registers van Sokaku Takeda komt zijn naam niet voor. Zelf refereerde Yong Sul Choi aan Morihei Ueshiba als zijn ‘senior’ (sempai). Ook later zou hij nog contact hebben gehad met Ueshiba, maar zeker is dit niet. Hapkido wordt in het Koreaans met dezelfde karakters geschreven als Aikido.

Iwama stijl aikido.

Een informele term die verwijst naar de aikido stijl die wordt onderwezen door Morihiro Saito, één van de trouwste leerlingen van Morihei Ueshiba. De stijl is het aikido dat Ueshiba onderwees in de jaren 1946-1955 en bevat meer technieken dan heden ten dage wordt onderwezen in de Hombu dojo. De nadruk ligt op tai-jutsu, ken- en jo technieken. Morihiro Saito sensei was gedurende lange tijd uchi-deshi van O sensei Morihei Ueshiba, en bleef hem trouw tot zijn dood in 1969. Morihiro Saito was ook de student die het langst heeft gestudeerd onder Morihei Ueshiba. Saito sensei verklaarde dat het zijn intentie was de martial arts zoals hij het leerde van Morihei Ueshiba te bewaren en exact door te geven aan het nageslacht. Technisch gesproken komt Iwama ryu in de nabijheid van het aikido dat O sensei Morihei Ueshiba onderwees in het begin van de 50er jaren. Het technische curriculum is aanmerkelijk groter dan in de meeste ander aikido stijlen, met een grote nadruk op de behandeling van wapens in de training. De Iwama ryu is formeel nog steeds aangesloten bij de Aikikai. Echter de stijl verschilt thans in aanzienlijke mate van de stijl zoals onderwezen in de Aikikai Hombu dojo.

Morihiro Saito.

Aikikai Shihan, geboren 31 maart 1928, overleden 13 mei 2002. Begon voor het eerst te trainen bij Morihei Ueshiba in de zomer van 1946. Saito was tevens de bewaarder van de aiki schrijn in Iwama. Hij heeft meerdere boeken over aikido gepubliceerd, waaronder een serie van vijf boeken getiteld ‘Traditioneel aikido’. Stond aan het hoofd van de Iwama / Ibaragi dojo in Iwama (Ibaragi prefectuur).

Judo.

Letterlijk: ‘de weg van de meegaandheid’. Een Japans systeem van zelfverdediging en sport, met Olympische erkenning. Een (zachte) krijgskunst, ontwikkeld door Jigoro Kano en afgeleid van jujutsu. De term judo werd al eerder gebruikt. door de Jikishin ryu, maar het is Kano geweest die het grondprincipe bekendheid heeft gegeven. Alle judo is afkomstig van de Kodokan school die door Kano in 1882 werd opgericht. Zoals de voorloper jujutsu maakt judo gebruik van de kracht van de tegenstander om technieken te realiseren. Judo technieken

zijn verdeeld in drie categorieën: staande- of werp technieken (tachi- of nage waza), grond (kantel) technieken (ne waza) en slag en stoot technieken (atemi waza). Staande- of werp technieken kunnen worden onderverdeeld in: handwerp technieken (te waza), heupwerp technieken (koshi waza), voet- en beenwerp technieken (ashi waza) en opofferingsworpen (sutemi waza), waarbij men iemand werpt vanuit een liggende positie. Grond (kantel) technieken zijn bedoeld voor het gevecht met een liggende tegenstander. Grond technieken kunnen worden onderverdeeld in: houdgreep technieken (osaekomi waza), verwurgings technieken (shime (jime) waza) en klem technieken (kansetsu waza). Slag en stoot technieken worden zowel met de hand (vuist als met de voet uitgevoerd. Ze dienen alleen ter zelfverdediging en zijn verboden in een wedstrijd. In een judo wedstrijd is één punt nodig om een tegenstander te verslaan. Punten kunnen worden verdiend met een (mooie) worp, controleren van een tegenstander op de grond gedurende 30 seconden, of als de tegenstander zich overgeeft bij een verwurging of armklem. Als geen van beide deelnemers een punt hebben verdiend in de toegestane tijd kan de scheidsrechter een winnaar aanwijzen op grond van de betoonde agressiviteit van de een tegenover de ander. Bevorderingen in judo zijn gebaseerd op bedrevenheid bij wedstrijden en kennis van het judo. Graduaties zijn zichtbaar aan de kleuren van de band en lopen van wit (beginner), via geel, oranje, groen, blauw tot bruin. Dit zijn de leerlinggraden (kyu). Tenslotte kan een leerling na een examen de zwarte band behalen (eerste dan graad). Dan graden kunnen gaan van 1^e dan tot 10^e dan, hoogst bereikbare graad. Judo training omvat vrije oefening (randori), kata (formele oefening) (draai) oefeningen met een partner en individuele oefeningen.

Jigoro Kano.

Jigoro Kano (1860-1938) is de grondlegger (Kaisho) van het judo. Professor in de economie en lid van het Olympisch Comité. Ontwikkelde het judo uit oudere jujutsu technieken. In het bijzonder de Kito ryu en de Tenjin Shin'Yo ryu. Noemde zijn methode Kodokan judo.

Jujutsu.

Letterlijk: 'zachte of meegaande kunst/techniek'. Ongewapende gevechtstechniek, gebaseerd op het 'niet-weerstand-bieden' principe (van ju = zacht, soepel, zwak, vredig, meebuigend en jutsu = techniek, wetenschap). Volgens deskundigen kwam Jujutsu vooral op in de 13^e eeuw. Meer dan 725 jujutsu systemen werden ontwikkeld in Japan, doch de meeste zijn vandaag de dag verloren gegaan. In de 20^e eeuw verspreidde de kunst zich tenslotte wereldwijd. Onder vele andere kunnen de volgende ryu worden genoemd: de Tenjin Shin'yo ryu, de Takenouchi ryu, de Sosuishitsu ryu, de Kito ryu en de Sekiguchi ryu. Samen met andere scholen vormden ze de basis waaruit Jigoro Kano tenslotte in 1882 het judo creëerde. Ju jutsu wordt, ten onrechte, vaak aangezien als een ongewapend vechtsysteem tegen al dan niet gewapende tegenstanders. Dit is feitelijk niet juist. Jujutsu is eigenlijk een naam voor talloze gevechtssystemen, die onderling weinig overeenkomst vertonen in aanzien en techniek. De naam 'jujutsu' werd eerst gebezigd lang nadat de technieken waarop het betrekking heeft werden ontwikkeld. Alhoewel in het jujutsu inderdaad de nadruk ligt op het ongewapende gevecht worden er wel degelijk ook wapens gebruikt. Feitelijk kan jujutsu dus worden omschreven als een gewapend of ongewapend gevechtssysteem dat kan worden toegepast tegen al dan niet gewapende tegenstanders. Oorspronkelijk was het een systeem waarbij alles mocht. Regels omtrent het gevecht werden pas ingevoerd toen de krijgsvorm was gedegenereerd tot een esthetische vorm. In de samurai tijd zag men jujutsu voornamelijk als een secundair systeem, een manier van vechten dat de technieken van het zwaardvechten aanvulde. Het jujutsu kent manieren om te werpen, wurgen, klemmen, slaan, schoppen, knietjes geven, gebruik van wapenen en vastbindtechnieken.

Karate.

'Lege hand' of 'China hand'. Japanse ongewapende vechtkunst, waarbij alle delen van het lichaam kunnen worden gebruikt om te slaan, stoten, schoppen of blokkeren en vooral gebaseerd op 'lege handen'. Kara = leeg en te = hand. Één van de oudste krijgskunsten ter wereld. Het is ca. 1500 jaar geleden begonnen bij de Indiase Shaolin tempel monnik Daruma (Chinees: Ta-Mo). Op zeker moment bereikte de krijgskunst de Ryu Kyu eilanden alwaar het gedurende meer dan 1000 jaar geperfectioneerd werd naar een zelfverdedigingsmethode. Tegelijkertijd verkreeg karate, in die tijd nog 'te-do' genoemd, een filosofisch - esoterisch aspect. In het begin van de twintigste eeuw bracht de van het Ryu Kyu eiland Okinawa afkomstige onderwijzer Funakoshi Gichin, het karate naar het vasteland van Japan, waar het verder ontwikkeld werd. Ook werden onderdelen van andere Japanse krijgskunsten geïntegreerd. Midden jaren vijftig van de 20^e eeuw werd de eerste karate organisatie, de Japan Karate Associatie, opgericht en in 1957 vonden de eerste wedstrijden plaats.

Karatetraining is gefundeerd op 3 peilers:

☆. Kihon

☆. Kata

☆. Kumite

Vandaag de dag zijn er vier hoofdstijlen in karate in Japan, te weten: Goju-ryu, Shito-ryu, Shotokan en Wado-ryu:

Goju-ryu: werd ontwikkeld uit Naha-te. De populariteit van deze stijl is voornamelijk te danken aan het succes van Kanryo Higaonna (1853-1915). Higaonna exploiteerde een dojo in Naha en praktiseerde de acht vormen die vanuit China waren gekomen. Zijn beste student, Chojun Miyagi (1888-1953) stichtte later de *Goju-ryu*, 'harde zachte weg' in 1930. In Goju-ryu ligt veel nadruk op gecombineerde zachte circulaire blok technieken, met sterke counter aanvallen, die elkaar snel opvolgen.

Shito-ryu: werd gesticht door Kenwa Mabuni (1889-1952) in 1928 en was gebaseerd op zowel Naha-te als Shuri-te. De naam *Shito* is afgeleid van de Japanse karakters van de namen van Mabuni's leraren, namelijk: Ankoh Itosu and Kanryo Higaonna. Shito ryu scholen kennen wel circa 50 kata, en wordt gekarakteriseerd door een grote nadruk op kracht in de uitvoering van de technieken.

Shotokan: werd in Tokio in 1938 gesticht door Gichin Funakoshi (1868-1957). Funakoshi wordt beschouwd als de grondlegger van het moderne karate. Geboren in Okinawa, begon hij karate te studeren bij Yasutsune Azato, één van Okinawa's grootste experts in de kunst. De eerste publieke demonstratie van karate in Japan was in 1917 door Gichin Funakoshi, in de Butoku-den in Kyoto. Dr. Jigoro Kano, grondlegger van het judo, nodigde Funakoshi in 1921 uit om karate te demonstreren in Tokio in de fameuze Kodokan dojo en in Japan te blijven om karate te onderwijzen. In 1936, op bijna 70 jarige leeftijd, opende hij zijn eigen dojo. De dojo was genaamd *Shotokan*, naar zijn bijnaam 'Shoto', dit is 'tijgerstaart'. Funakoshi gebruikte die naam in zijn jeugd om zijn gedichten te ondertekenen. Shotokan Karate wordt gekarakteriseerd door krachtige lineaire technieken en diepe sterke houdingen.

Wado-ryu: 'weg van de harmonie', gesticht in 1939. Een karate systeem dat werd ontwikkeld uit jujutsu en karate door Hienori Otsuka. Deze karate stijl combineert basis bewegingen uit jujutsu met ontwijkingstechnieken. Er ligt een sterke nadruk op zachtheid en de weg van de harmonie, dan wel spirituele discipline.

Er zijn heden ten dage ongeveer honderd verschillende karate stijlen of scholen.

Kashima Shinto ryu.

Een klassieke krijgskunst school / traditie met een geschiedenis van 500 jaar. De school is voortgekomen uit de Katori Shinto ryu. De school omvat een samengesteld systeem van traditionele wapens zoals zwaard-, speer- en naginata wapentechnieken. De ryu is opgedragen aan de godheid van de Kashima schrijn: *Takemazushi no Mikoto*. Het Kashima zwaardwerk heeft sterke invloed gehad op Morihei Ueshiba in de periode voor 1940. Ook verschillende Aikiken kata uit het curriculum van de Iwama stijl aikido hebben hun oorsprong in de Kashima ryu.

Tenshin Shoden Katori Shinto ryu.

Een school/stijl die zwaard- stok- en naginata vechtkunst omvat. Oudste nog bestaande school/ryu in Japan die nog de klassieke wapenvechtsystemen onderwijst. Het aantal leerlingen is niet groot. De ryu is gesticht door Iizasa Choisai Ienao (1387-1488). Meestal wordt de naam afgekort tot: Katori Shinto Ryu'. De ryû is opgedragen aan de godheid van de Katori schrijn *Futsunushi no Mikito*. In 1960 is de ryu door de Japanse overheid aangewezen als een onaantastbaar nationale culturele schat van Japan (onaangetast in de zin van 'authentiek'). De éérste en enige onder de martiale disciplines.

Een leerling aan de Katori Shintô Ryû leert het zwaard te hanteren tegen een opponent die is gewapend met een lang en / of kort zwaard, een lange staf, een hellebaard, of een speer. Sinds de ryû in 1447 werd gesticht door 'Iizasa Choisai Ienao Sensei' zijn de doelstellingen niet veranderd en heeft het lesprogramma geen wijziging ondergaan. Als zodanig is het een 'koryû' (oude of traditionele school) en concessies aan de hedendaagse tijd voor wat betreft veranderde inzichten en moderne opvattingen worden niet gedaan.

De opzet van de school is studenten op te leiden tot zwaardvechters die bekwaam zijn in alle krijgskunsten, variërend van wapentechnieken tot tactische, logistieke en zelfs geneeskundige kennis. Studenten aan de ryû leren een zuivere en praktische krijgskunst. De ryû onderricht in tachi-jutsu, iai-jutsu, bo-jutsu, naginata-jutsu, so-jutsu, shuriken-jutsu en ju-jutsu. Verder leert de ryû niet alleen de traditionele krijgskunsten, maar ook de esoterische boeddhistische uitgangspunten. Het opdoen van gevechtservaring door herhaling en perfectionering van de krijgstechnieken vormt het belangrijkste deel van het lesprogramma. De Katori Shintô Ryû onderwijst een krijgskunst waar elke beweging tot doel heeft te doden of op zijn minst fataal letsel toe te brengen.

Oshiki uchi (o dome).

Geheime krijgskunst technieken van de Aizu clan. De technieken zouden vooral bedoeld voor gebruik 'binnen' het paleis. De technieken vormen de essentie van het daito ryu aiki jujutsu. Sokaku Takeda, beheerste de technieken, maar het is niet geheel duidelijk wie zijn leermeester was. De lijn van erfopvolging noemt o.a. Saigo Tonomo (Soke) die de leermeester was van Sokaku Takeda, die de stijl Daito Ryu noemde in het begin van 1900.

Shin-shin Toitsu Aikido (Ki aikido).

De stijl die werd ontwikkeld door Koichi Tohei. Aikido met 'geest en lichaam gecoördineerd'. Tohei sensei legt grote nadruk op het begrip en beoefening van het 'ki concept', als een weg tot een gezondere levensstijl. De ki oefeningen kunnen onafhankelijk van het aikido worden beoefend. Het is één van de zachtste stijlen in aikido en wordt gekarakteriseerd door zachte vloeiende bewegingen en ontsnappingen uit de technieken die in andere stijlen zelden worden waargenomen. In de stijl staat de fysieke beoefening van de aikido technieken voornamelijk in dienst van de ontwikkeling van het concept 'geest en lichaam gecoördineerd' en niet zozeer als de beoefening van een krijgskunst. Desalniettemin

kunnen de principes uit het curriculum worden toegepast voor zelfverdediging. In de loop van de tijd is Tohei sensei steeds verder gegaan op de weg van de 'ki-beoefening'.

Koichi Tohei.

Tohei (geboren in januari 1920) begon aikibudo te studeren bij Ueshiba in de Kobukan dojo in 1939. Door de jaren heen bleef hij een trouw volgeling van de aikido Hombu dojo, slechts onderbroken door de oorlogsjaren. Tohei heeft veel gedaan voor de verspreiding van aikido, vooral in de U.S.A. en Hawaii, maar ook in Europa. Zijn visie op het aikido lag voornamelijk in een sterke nadruk op het gebruik van 'ki' bij het uitvoeren van de aikido technieken. Tohei probeerde zijn manier van lesgeven ingang te doen vinden bij de Hombu dojo. Omdat zijn pogingen geen succes hadden stichtte hij toen de 'Ki No Kenkyukai (Ki onderzoek sociëteit). Tenslotte brak hij op 01 mei 1974 definitief met de Hombu dojo. Terzelfder tijd stichtte hij toen zijn organisatie 'Shinshin Toitsu Aikidokai' (Sociëteit voor aikido met geest en lichaam gecoördineerd). Zijn systeem is beter bekend onder de naam 'Ki aikido'. Tohei heeft vele boeken over aikido en het gebruik daarbij van ki op zijn naam staan. Koichi Tohei heeft een dojo in Tokyo.

Shinwa Taïdo or Shin'ei Taïdo.

Gesticht door Noriaki Inoue. Inoue sensei was een neef van O sensei Morihei Ueshiba en was oorspronkelijk geassocieerd met de vroege Ueshiba dojo. Hij verklaarde dat zijn aikido stijl afweek van het aikido van Morihei Ueshiba, echte anderen zagen weinig verschil. Inoue noemde zijn aikido later Shin'ei Taïdo.

Noriaki Inoue.

Geboren in Tanabe, Wakayama Prefectuur op 03 december 1902 en overleden op 13 april 1994. Noriaki Inoue was een neef van Morihei Ueshiba. Gedurende zijn jeugdijaren groeide hij op in het gezin van zijn neef. Ook toen Morihei Ueshiba op Hokkaido verbleef tussen 1912 en 1919 als landpionier was Noriaki Inoue van de partij. Kreeg les in Daito ryu aiki jujutsu van zowel zijn oom Morihei Ueshiba als van Sokaku Takeda. Inoue was een trouw volgeling van de Omoto sekte (kyo) van Onisaburo Degushi. Tot zijn overlijden in 1994 beleed hij de leringen en principes van de Omoto sekte. Gedurende vele jaren assisteerde hij zijn oom bij de lessen (toen nog) aikibudo. Na het tweede zogenaamde Omoto incident (de Omoto sekte werd heftig vervolgd door de Japanse overheid en tenslotte verboden) eind jaren dertig brak hij met zijn oom Morihei Ueshiba, waarna ze elkaar nog slechts incidenteel zagen. Noriaki Inoue ging zelfstandig door met les geven en noemde zijn kunst aikibudo tot 1956, waarna hij de naam wijzigde in Shinwa Taïdo en weer later in Shin'ei Taïdo. Noriaki Inoue is gestorven als gevolg van kanker. Tot kort voor zijn overlijden bleef hij actief met lesgeven in zijn aikidostijl Shin'ei Taïdo aan een kleine groep studenten.

Tomiki aikido.

Een vorm waarin competitie aan aikido is toegevoegd. Ook worden er wedstrijden in aikido gehouden. Het systeem is ontwikkeld door Kenji Tomiki(1900-1979), bij leven professor aan de Waseda universiteit van Tokio. Kenji Tomiki was een vooroorlogse (WWII) student van Morihei Ueshiba. Kenji Tomiki is bij de ontwikkeling van zijn aikido systeem sterk beïnvloed door zijn judo leermeester Jigoro Kano. Tomiki sensei was de overtuiging toegedaan dat vereenvoudiging in de aikido training, langs de lijnen die Kano sensei had uitgezet voor judo, de beoefening van aikido zou bevorderen. Daaraan voegde hij het element 'competitie' toe, waarvan hij meende dat het de training scherper zou maken. Dit inzicht leidde tot een breuk met Morihei Ueshiba die sterk de overtuiging was toegedaan dat er geen plaats was voor competitie in het aikido. Tomiki ryu wordt gekarakteriseerd door het gebruik van kata (voor

gearrangeerde vormen) in het systeem en door het houden van wedstrijden, zowel ongewapend als gewapend met een rubber mes.

Kenji Tomiki.

Kenji Tomiki (geboren 15 maart 1900 - overleden 25 december 1979) begon met judo op de leeftijd van 10 jaar. Als student van de Waseda universiteit werd hij in judo onderwezen door Jigoro Kano. Het was Kano die hem naar Ueshiba zond in 1926 om aikido te leren. Tomiki studeerde af aan de Waseda universiteit in politieke wetenschappen, bij welke universiteit hij ook een wetenschappelijke loopbaan opbouwde. Ueshiba verleende Tomiki op 11 februari 1940 een 8e dan in aikido. De Kodokan bevorderde hem in 1964 tot 8e dan in judo. Tomiki ontwikkelde een systeem dat thans bekend staat onder de naam Tomiki aikido. Het systeem omvat competitie in aikido, naar het model dat Kano ontwikkelde voor judo. De introductie van competitie in aikido wordt door veel beoefenaren van aikido afgewezen en is onder aikidoka's vaak onderwerp van heftige discussies.

Yanagi Shindare Ryu.

Kotaro Yoshida (1886-1964), student van Sokaku Takeda. Stichtte of erfde de Yoshida familie traditie, genaamd 'Yanagi Shindare ryu', welke verschillende martial arts combineerde met echter de nadruk op Daito ryu. Hij is tevens bekend geworden als de persoon die Morihei Ueshiba introduceerde bij Sokaku Takeda. Hij was heftig betrokken bij militaire spionage activiteiten van de Japanse geheime dienst gedurende de 2^e wereldoorlog, de Dai Nippon Butokukai in Osaka. Kenji Yoshida, de zoon van Yoshida Kotaro, erfde Yanagi Shindare ryu. Hij vestigde zich in Noord Amerika, al voor de 2^e wereldoorlog en weigerde steun te verlenen aan de Japanse oorlogsinspanningen. Na de 2^e wereldoorlog keerde hij terug naar Japan doch werd door zijn vader afgewezen, als gevolg van zijn houding in de oorlog en door hem verbannen uit Japan.

Yoseikan aikido.

Zie yoseikan budo.

Yoseikan budo.

Een aikibudo systeem dat is ontwikkeld door Minoru Mochizuki, een vooroorlogse (WWII) student van Morihei Ueshiba, alsmede van Jigoro Kano van de Kodokan. Het bevat elementen van judo, karate, jujutsu en kobudo. De stijl grijpt sterk terug op het aikibudo van Ueshiba van vlak voor de tweede wereldoorlog. Vandaar ook dat de stijl aikibudo wordt genoemd.

Mochizuki, Minoru.

Geboren in Shizuoka in april 1907, overleden 30 mei 2003 is één van de meest beroemde Japanse meesters in de martiale kunsten. Al toen hij vijf jaar was begon hij judo te beoefenen. Hij bezit de hoogste dan in aikido, de 10e dan en hij werd vereerd met de hoogste meesterstitel in aikido, de Mejin titel. Deze titel kan slechts door één persoon gedragen worden tijdens het leven en geldt dan ook voor de duur van het leven. In 1925 trad hij toe tot de Kodokan van Kano. Het was ook Kano die in 1930 er voor zorgde dat Mochizuki aikijutsu kon studeren onder Morihei Ueshiba en al snel werd hij diens persoonlijke assistent. Het duurde evenwel niet lang, in 1931 werd Mochizuki ernstig ziek en keerde hij terug naar zijn geboortedorp Shizuoka om daar te herstellen. Na zijn herstel bouwde hij in Shizuoka, met behulp van zijn broer en enkele vrienden, een dojo die in november 1931 officieel werd geopend. Bij de opening waren veel hoogwaardigheidsbekleders aanwezig en ook Ueshiba was bij de opening. In de jaren die volgden bezocht Ueshiba hem regelmatig. In 1932 verleende Ueshiba aan Mochizuki twee

Daito ryu jujutsu certificaten. Beide zijn gedateerd juni 1932. De titel van de eerste is 'Daito ryu aikibujutsu' en de inhoud van het certificaat is gelijk aan de 'Daito ryu aikijujutsu Hiden Mokuroku' die werden verleend door Sokaku Takeda, als blijk van eerste niveau van vaardigheid. Het tweede certificaat is getiteld 'Hiden Ogi'. Het certificaat verleent het hoogste niveau in de Daito ryu traditie. De certificaten zijn getekend 'Moritaka Ueshiba, student van Sokaku Takeda' ('Moritaka' is een vroege naam van Morihei Ueshiba). Verder is bij de certificaten een zegel geplaatst waarop staat 'aikijujutsu'. De certificaten onderstrepen de invloed die de Daito ryu traditie heeft gehad op de ontwikkeling van het aikido. Naast judo en aikijujutsu studeerde Mochizuki ook nog Katori Shinto ryu onder Yazaemon Hayashi, kendo onder Hakudo Nakayama en Shindo Muso ryu jujutsu onder sensei Takaji Shimizu. Mochizuki Sensei bezit meer van 50 dan(nen) in de martiale kunsten, waaronder de 9e dan in jujutsu, de 8e dan in judo en de 5e dan in kendo. Hij ontwikkelde de yoga van de gevechtkunsten, de spirituele en filosofische basis die de martiale kunsten op een hoger niveau bracht. Van technieken voor gevecht en verdediging groeiden zij uit tot een fysieke en mentale training gericht op het bereiken van de staat van onthechting, van optimale eenheid van lichaam en geest, de staat van meditatie in actie. Wanneer we deze staat bereiken leren we de grondbeginselen ontdekken die alle leven beheersen. Mochizuki was de eerste Japanner die aikido onderwees buiten Japan. Dat was in toen hij in 1951 in Frankrijk verbleef als judo leraar. Aan een groep Franse judoka's onderwees hij toen aikido. Mochizuki voegde technieken uit judo, karate en kobudo toe aan het toenmalige aikibudo van Ueshiba (periode ± 1935 tot 1940). Zijn compositie noemde hij Yoseikan budo.

Yoshinkan aikido.

Een aikido systeem dat is ontwikkeld door Gozo Shioda. De technieken van Yoshinkan aikido grijpen sterk terug op het aikibudo, de stijl die Morihei Ueshiba onderrichtte in de periode kort voor de tweede wereldoorlog. Gozo Shioda. Shioda sensei studeerde bij O sensei Morihei Ueshiba vanaf het midden der 30er jaren. Na de 2^e wereldoorlog begon hij les te geven en stichtte de organisatie die bekend staat als de Yoshinkan. In tegenstelling tot andere organisaties die zich afsplitsten van de Aikikai bleef hij altijd vriendschappelijke relaties onderhouden met de moeder organisatie, zowel voor als na de dood van Morihei Ueshiba. Het aikido van de Yoshinkan is een hardere vorm van aikido. De nadruk ligt op efficiënte technieken die op een fysiek robuuste manier worden uitgevoerd. Yoshinkan wordt in Japan bij vele politiekorpsen onderwezen. De internationale organisatie welke is geassocieerd met de Yoshinkan Aikido stijl is bekend onder de naam Yoshinkai, en heeft actieve afdelingen overal ter wereld.

Gozo Shioda.

Geboren op 09 september 1915 en overleden op 17 juli 1994. Ontwikkelde de aikido stijl die bekend staat onder de naam 'Yoshinkan aikido'. Oprichter van de 'Internationale Yoshinkan Aikido Federatie' in 1990. Hij studeerde ook judo en kendo. In 1932 begon hij aikido te studeren bij Morihei Ueshiba in de Kobukan dojo. Daar bleef hij acht jaar. Shioda creëerde het Yoshinkan aikido in 1955. Shioda trachtte in zijn benadering van het aikido terug te gaan naar de aikibudo technieken die Ueshiba praktiseerde in de jaren voor de tweede wereldoorlog. Shioda heeft veel gepubliceerd over aikido.

