

Betűjegyzék

A	2
B	4
C	5
D	6
E	8
F	9
G	10
H	12
I	15
J	16
K	18
M	24
N	27
O	29
R	30
S	31
T	37
W	42
Y	43
Z	44

A

ABARA 肋	Borda, (ál)borda
AGATSU	Az alapító egyik mondása: "masakatsu agatsu" - "önmagunk legyőzése az igazi győzelem"
AGE	Felfelé irányuló
AGO 顎	Állkapocs
AGURA	Törökülés
AI	Együtt(esség), egymás, szeretet, szerelem. Harmónia, Szeretet , Egyesülés. A Szeretet szelleme a harmónia szelleme. Nem önző, korlátozott hatás, egy bizonyos személy vagy csoport iránt, de mindent felölelő, részvételi szeretet minden iránt. Az Aikido-ban a harmónia, és egyesülés értelemben használjuk.
AI HANMI	Egyező állás, mindkét fél azonos lába van elől (migi-migi, hidari-hidari)
AI NUKE	"Kölcsönös megszökés"; olyan összecsapás kimenetele, ahol mindkét fél elkerüli a sérülést. ez megfelel az Aikido egyik alapelvének, mivel a konfliktus megoldódik bármelyik fél sérülése nélkül.
AI UCHI	"Kölcsönös támadás" (együttes találat a vívásban). A japán kardvívásban a védekezésnél sokkal nagyobb fontosságúnak tekintik a támadást. A gyakorlókat arra nevelik, hogy ha összecsapnak valakivel, legalább egy ai ucsi-t elérjenek. (Ami a modern Kendo-ban érvénytelen találatnak is számít, tehát baja nem lehet belőle az embernek.) Régen persze ez leginkább azt jelentette, hogy mindkét ellenfél súlyosan sérült: de úgy gondolták, hogy ha azt az egyetlen célt tartják szem előtt, hogy az ellenfelet legyőzzék még az életük árán is, akkor ez elősegíti a győzelmet. Ez a céltudatosság figyelhető meg az ikkyo Aikido-technikában, ahol belépnek a támadó körzetébe, hogy megvalósítsák a technikát.
AIKI	"Egyesülő ki"; azaz az Aikidókák megkísérik összhangba hozni ki-jüket partnerükével és a környezettel. Egyesülés a KI-vel Az Univerzum minden eleme pozitív és negatív KI-vel való Egyesülés által keletkezik. Az AIKIDO gyakorlói arra törekednek, hogy saját KI-jüket összhangba hozzák mind partnerük, mind a tágabb környezet KI-jével.
AIKI JINJA	AIKI (shinto) szentély Az alapító szellemét ebben az építményben őrzik IWAMA-ban.
AIKI OKAMI	Az AIKI nagy szelleme. Azon eszmék végső szimbóluma, melyet az Alapító, a legnagyobb tiszteletben tartott.
AIKI OTOSHI 合気落とし	Aikido alaptéchnika – (az elől levő) láb kiemelés, ejtés
AIKI TAISO	AZ AIKIDO bemelegítő gyakorlat
AIKIDO 合気道	A harmónia útja
AIKIDOKA	Aikido-s, Aikido-t gyakorló, Aikido-t tanuló
AIKIJUTSU	Ősi Japán Harcművészet

AIKIKAI	AIKI-szövetség
AIKIKE GI	Igazítsd meg a ruhád! Szintén: dogi o naoshite.
AITE	társ, társaság
AKA	Piros
AO	Kék
ARIGATO 有難う	Köszönöm (közvetlen)
ASHI	Szó szerint "láb"; a különböző budo-irányzatokban általában lépést, mozgást (a láb mozgását) jelenti.
ASHI BARAI	Lábsöprés
ASHI NO URA	Talp
ASHI NO YUBI	Lábujj
ASHI SABAKI	Lábmunka. Az Aikido-ban megfelelő lábmunka teszi könnyedé a mozgást, és biztosítja a stabil egyensúlyt.
ASHIKUBI 足首	Boka (lábnyak)
ASOKO あそこ	Valamin túl
ATAMA 頭	Fej
ATEMI 当て身	Ütés, közbeütés, védekező ütés. A partner ki-jének semlegesítésére vagy kibillentésére, a technika végrehajtása érdekében. A cél nem az, hogy sérülést okozzunk vele, hanem a technika hatékonyságát fokozzuk! Alkalmazása és hatása a karate-ban használt kiai-hoz hasonlítható.
ATEMI WAZA 当て身技	Ütéstechnika (vitális pontra)
ATO 後	Hátrafelé mozgás
AUN NO KOKYU	Szinkronba hozni a légzést pl. partnerrel, ellenféllel. Pl. kata gyakorlásakor segíti a ritmus megtartását.
AYUMI ASHI	Normál lépés, járás (egyik lábat a másik elé)
AWASE	Egymáshoz illeszkedés (megfelelés, egybevágóság). A kifejezés összhangot, harmóniát jelöl. Awaseru – au – ugyan az a karakter, mint ai (Aikido).

B

BAJUTSU	Lovaglás
BARAI	Kaszálni, söpörni
BATTO	Kihúzni a kardot.
BO	Bot
BOK(K)EN 木剣	Fakard. Sok technikát a tradicionális japán kardvívásból vezetett le az Alapító, ezért a fegyveres és pusztakezes technikák között fennálló rokonság segíti kikristályosítani a finom mozdulatokat. Igen magas szinten művelve az Aikido-t, teljesen mindegy, hogy fegyverrel, vagy pusztakézrel hajtják végre a technikát.
BOKUTO 木刀	Fakard. Jelentése megegyezik a bokken-ével, csak más írásjegy szolgál a "kard" leírására.
BU	Harci szellem, Harcos lelkesedés, tűz Az Aikido-ban. „A BU- a bátorságot, az egyenességet és a megfélemezhetetlen szellemet jelzi, nem küzdelmet, vetélkedést vagy viszályt.”
BUDO 武道	"A harc útja". A harcművészetekben gyökerező utak. Harcművészetek és a hozzá társuló szellemiség gyakorlása a test és lélek fejlesztése céljából.
BUDOKA	A Harcos út gyakorlója, tanuló egyén.
BUGEI	Harci művészet; a hadviselés művészete.
BUSHI	Harcos (szamuráj)
BUSHIDO	A BUSHIK (harcosok) erkölcsködexe.

C

CHI	A föld, szilárd halmazállapotú anyag.
CHIAKAMA	Birkózó távolság (nagyon közel)
CHIKARA	Erő
CHOKKAKU 直角	(A) Megfelelő szög
CHOKUSEN 直線	Egyenes (vonalú). PI: chokusen no irimi = egyenes (közvetlen) belépés.
CHOSHI	A fizikális és mentális kondíció.
CHOTOTSU ちょうどつ	Vitális pont a két szem között (atemi)
CHUDAN 中段	Közép, középső. A test középső területe, nyaktól az öv magasságáig. Chudan no kamae = középső tartás. (A seigan is chudan kamae.)
CHUDAN TSUKI 中段突き	Ütés a 'hasi' régióba'
CHUSHIN	Központ, középpont. Aikido-ban a mozgás vagy egyensúly középpontja.
CHUSOKU	Talppárna (koshi)

D

DACHI	Állás (tachi)
DAITAI 大腿	Comb
DAITO	A hosszabb kard vagy katana.
DAITO RYU	Az Aikijutsu hagyományos iskolája, rendszere, ebből fejlődött ki az Aikido.
DAN 段	Mester fokozat (feketeöv). Az elérhető legmagasabb fokozat, 9. dan, de napjainkban a 8. dan-nál már nem 'szokás' magasabb fokozatot adományozni. Van néhány nagy mester 10. dan-nal, amiket még az Alapító adományozta. Nem szabad figyelmen kívül hagyni az általánosan érvényes szokást, miszerint az 1-2. dan tanulófokozatnak minősül. 3. dan-tól van lehetőség a Sensei (tanár, tanító) megnevezésre, 5-6. dan felett a Shihan (professzor?) megszólításra, amik némely harcművészet esetén a fokozattal automatikusan járnak, más irányzatoknál a fokozat önmagában nem elég. A fokozatok: shodan 初段, nidan 二段, sandan 三段, yondan 四段, godan 五段, rokudan 六段, nanadan 七段, hachidan 八段, kudan 九段, judan 十段
DATOTSU	Ütni és lökni
DEASHI	Lábfej
DEASHIKUBI	Boka
DEBANA	Abban a pillanatban támadni, mikor az ellenfél belekezd a támadásba, elindítja a mozgást.
DENKO でんこう	Vitális pont a lengőbordáknál (atemi)
DO	Út, különféle fejlődéssel, életúttal kapcsolatos értelemben. Japánban minden művészet, amit azért gyakorolnak, hogy mind technikai, mind szellemi kiforrottságot fejlesszenek, DO-nak tekintenek, ÚT-nak, ami harmóniát teremt test és szellem között. Az "út" szóra többféle kínai írásjegy is van, de csak ezt (a kínai "tao" írásjegyet) használják átvitt értelemben is. A harcművészeti elsősorban a Budo szó helyett, annak rövidítéseként használják.
DO GI 着	Gyakorló ruha
DOGI O NAOSHITE	Igazítsd meg a ruhád! Szintén: aikike gi.
DOHAI	Valamilyen tevékenységet (munkát, sportot, stb.) azonos időben kezdett, azaz egyenrangú.
DOJO 道場	A gyakorlás, megvilágosodás helye Ezt a nevet viselik a Buddhista templomok is, és minden edzőterem, ahol valamely utat gyakorolják. Más megközelítésben lévén két írásjegy az "út" (dó) és a "hely" (dzsó), az "undojo" (tornaterem) szó rövidítése.
DOJO CHO 道場長	Dojo vezető. A Hombu dojo-ban jelenleg Uyeshiba Moriteru (az Alapító unokája).

DOJO KUN	Fogadalom, eskü, etikett
DOKKO どっこう	Nyomáspon t a fül mögött.
DOMO どうも	Kösz i (közvetlen) - nagyon
DOMO ARIGATO どうも有難う	Köszönöm (udvarias)
DOMO ARIGATO GO(D)ZAIMASHITA どうも有難うございました	"Köszönöm szépen" (a közös munkát) japánul. Olyan helyzetbe amikor valami éppen véget ért. Minden edzés végén illik meghajolni és megköszöni az edzést az edzőnek és a partnereknek.
DOMO ARIGATO GOZAIMASU どうも有難うございます	„Köszönöm szépen” (nagyon udvarias). Olyan helyzetbe amikor valami éppen történik.
DORI	Fogás, támadás (tori)
DOSHU 道主	Az 'út' feje, vezetője. A legmagasabb hivatalos rang az Aikidoban. Jelenleg Uyeshiba Moriteru (az Alapító unokája) viseli ezt a címet. A második Doshu Uyeshiba Kisshomaru Sensei (1921-1999), Moriteru apja, az Alapító fia volt. Szó szerint "üres kéz", átvitt értelemben "rang/hely nélküli", amely cím az Uyeshiba család tagjait illeti meg.
DOZO どうぞ	Kérem - folytassátok

E

EBI	Rák
EISAI	Japán szerzetes, a zen buddhizmus megalapítója japánban. Ő hozta az első teacserjéket Japánba és meghonosította a tea ivás művészetét (szertartás).
EMBU GI 演武着	Gi felső
EMBUSEN	A kata tengelye, alapvonala
EMPI えんぴ	Könyök (hiji)
EMPI UCHI	Ütés könyökkel
EN	Kapcsolat az uke és a nage között.
ENTEN-JIZUI えんてんじずい	Szabadon mozogni és fordulni
ERI 襟	Kabáthajtóka, gallér

F

FUDO	Mozdulatlan, szilárd
FUDO MYO-O	Acala, az öt buddhista védőistenség egyike, aki az egyik kezében kardot (megsemmisíteni a buddhizmus ellenségeit), a másikban kötelet (megmenteni az érző lényeket a káprázat szakadékából, vagy más buddhista pokol-állapotokból) hordoz. A bölcsesség (kard) és könyörület (kötél) kétszeres buddhista eszményképét testesíti meg.
FUDO NO SHISEI	Mozdulatlan, szilárd testhelyzet (nem merev, de nem billenthető ki a gyakorlója).
FUDO SHIN	"Mozdulatlan elme." A szellemi nyugalom vagy rendíthetetlenség állapota. Az elme ebben az állapotban nyugodt és megzavarhatatlan (képletesen "mozdulatlan"). A Fudo Shin fejlesztéséhez olyan elmét kell fejleszteni, amely a körülmények változásaihoz alkalmazkodik az etikai alapelvek kompromisszuma nélkül.
FUJI	Szent, örök érvényű
FUKUKOSO	Gyomorszáj
FUKUSHIDOIN	"Segéd-vezető, segéd-irányító" – kb. segédedző
FUKUSHIKI-KOKYU ふうしき呼吸	Hasi légzés
FUKUTO ふうとう	Vitális pont, közvetlenül a térd felett (atemi)
FUMIKOMI ASHI	Taposólépés, dobbantólépés – a támadás pillanatában elől levő lábbal.
FUNAKOGI UNDO	Evezés (gyakorlat)
FURI KABURI	Kardemelő mozdulat. Számos Aikido technikában megtalálható (pl. ikkyo, shiho nage, irimi nage)
FURI TAMA	A lélek 'rázása' – Tori Fune-t (Funakogi undo) követő gyakorlat.
FUTARI	Két ellenfél küzdelme. Az Aikido-ban nem használatos, inkább a randori kifejezés, de ez nem teljesen ugyanaz.

G

GAESHI	(Meg)fordítás, csavarás (a "kaeshu" igéből zöngésült alak)
GAKKO	Iskola
GAKSEI	Diák, tanítvány
GARI	Gáncs, söprés
GANMEN 顔面	Arc
GANSEKI OTOSHI 岩石落とし	Aikido technika - ??? (háton átdobás) – kar kulcs a könyök feszítésével a váll felett.
GARAMI	Kulcs, kulcsolás
GASSHUKU	Edzőtábor
GEDAN 下段	Alsó. A test alsó övtől lefelé eső része. Gedan no kamae = alsó tartás.
GEDAN TSUKI 下段突き	Ütés efelé, öv alá
GEKON げこん	Vitális pont az alsó ajak alatt.
GENKI	Életerő, egészség, energia.
GENSHIN げんしん	Intuíció, megérezés, ráérezés
GERI	Rúgás
GETA	Fapapucs
GI 着	Ruha. Budo iskolákban a dogi ill. keikogi (edzőruha) szó rövidítése.
GIRI 義理	Kötelesség, amit meg kell tenni (más: giri – kiru)
GO	Öt
GOKYO 五教	Aikido technika - ötödik tanítás: kuji osae vagy ude no bashi
GOKOKU ごこく	Vitális pont – húsos rész a mutató és a hüvelykujj között
GOKUI	Minden dolog lényege. Jelentheti a legmagasabb technikai szintet.
GOMEN NASAI 御免なさい	Elnézést, bocsánat
GO NO SEN	Támadás és reakció viszonya
	Go no sen: Támadást követi a reakció
	Sen no sen: Támadás és reakció egy időben
	Sen sen no sen: A támadást "megelőzi" a reakció

GOSHI	Csípő, önvédelem
GOSHIN	Bírói tévedés, hiba
GYAKU 逆	Ellentétes, ellenkező (oldal).
GYAKU HANMI	Ellentétes álló helyzet, a két félellentétes lába van elől (migi-hidari, hidari-migi).
GYAKUTE-DORI 逆手取り	Ellentétes kéz fogáss (jobb-bal, bal-jobb)
GYAKU UCHU 逆打ち	AValamilyen ellentétes vágás (támadás)
GYAKU TSUKI 逆突き	Ütés a hátul lévő kézzel (hátul levő láb oldali kézzel)

H

HABIKI	Életlen katana. Gyakran használják gyakorlásra a biztonság érdekében
HAI はい	Igen
HAISHU はいしゅう	Kézhat (haito) – kéz hátsó fele
HAITO はいとう	Kézhat él
HAISU	Kézhat
HAIWAN はいわん	Az alkar hátulsó része
HAJIME 始め	Kezdés
HAKAMA 袴	Szoknyyszerű, bő nadrág, hagyományos nemesi férfiviselet. A Budo iskolák közül a Kendo, Iaido (kardvívók) és a Kyudo (íjászok) gyakorlói hordanak fokozattól függetlenül hakamát. Az Aikido dojo-kban általában csak a mesterek (fekete övesek), néhány dojo-ban fokozattól függetlenül a nők is hordják.
HAKYO 八教	Aikido alaptéchnika - 8. tanítás = kote-ori-kakae-kimi, kuji-dori = Nikyo, amelyekben a támadó könyöke a nage hónaljában van, és a kezét továbbhúzva a lábhoz rögzíti (hiji kime osae szerűség???)
HANASHI-WAZA 離し技	Fogásból történő szabadulások technikája (hazushi-waza)
HANBO	Rövid bot, fél bot
HANMI 半身	Állás, testtartás, pozíció. Hanmi: a csípő előre néz, Elől lévő láb saját oldalon (kb) 45°ban kifelé néz, hátul levő láb saját oldalon (kb) 45°ban kifelé néz. Mahanmi: a csípő 30°ban kifelé néz. Elől és hátul levő lábak a hátul levő láb oldalán 30°ban kifelé néznek, vagy az elől levő láb előre néz, a hátul levő saját oldalon (kb) 45°ban kifelé néz. Iaianhanmi: a csípő 90°ban oldalra néz. A lábak hátul levő láb oldalán 90°ban kifelé néznek – gyakorlatilag merőleges a menetiránnyal.
HANMI HANDACHI 半身半立ち技	A nage ül, az uke áll. Segíti a jóval magasabb/alacsonyabb ellenféllel való harc gyakorlását, illetve a támadás irányából való kitérést. Szó szerint han+tacsi, azaz fél+állás".
HANSHI はんし	Az egyik legmagasabb rang (legalább 55 évnél idősebb és 8. dan)
HANTAI 反対	Oldalváltás
HANTAI-NI 反対に	Az ellentétes irányban
HAPPO 八方	8 irány, átvitt értelemben minden irány. Happondo - szó szerint 8 irányú mozgás vagy happondo giri vágás 8 irányba.

HAPPO-BARAKI 八方ばらき	Tökéletesen tudatában lenni a környezettel – érzékelni a környezetet
HARA 腹	Has. A hagyományos gondolkodás szerint a lélek, a ki forrása, néhány centiméterrel a köldök alatt, bent a hasban. Jó megközelítéssel az emberi test tömegközéppontja.
HARAI	Söprés, hárítás
HASSO NO KAMAE	Kardvívó alapállás: hasonlít a Jodan no kamae-hoz (felső tartás), de a kard nem vízszintesen, hanem kb. 45 fokban hátrafelé vagy függőlegesen áll. Hasso no kamae annyit jelent, hogy "kezdő-/indítóállás", ebből az állásból a kard egyéb mozgatása nélkül azonnal lehet vágni. A mai Kendosok sem használják gyakran, ugyanis fordított lábtartással jár, és ha nem elég gyors az ember, akkor jól támadható. (hasso gamae)
HASSO GAMAE 八相構え	Kardvívó alapállás, a kard a fej mellett. Hasso hidari esetén a kard a jobb oldalon a fej mellett, és a bal láb van elől.
HASUJI	A penge iránya vágás közben.
HAYAKE	A vessző túl korai elengedése a kyudoban
HAYAKU 早く	Gyorsan
HAZUSHI WAZA	Fogásból történő szabadulások technikája (hanashi waza)
HEIKI	Nyugalom
HEIKO	Párhuzamos
HEIHO	A háború művészete vagy tudománya.
HEIJOSIN	Az állandó és nyugodt állapot, mikor a környezet változása közben sem (tud) lep meg bennünket semmi.
HEIKO 平行	Párhuzamos
HENKA WAZA 変化技	Variált (meg)változtatott technika
HERA 籠	Pecek, ék a hakama hátulján
HIDARI 左	Bal
HIJI 肘	Könyök (empi)
HIJI DORI 肘取り	Könyök fogása
HIJI ZUME 肘ずめ	Vitális pont a könyök belső felén (atemi)
HIKI 引き	Húzni, rántani
HIKIWAKE	Döntetlen
HINERI 捻り	Csavarás

HIRA UCHI	Vágás a penge lapos felével
HIRAKEN	Ujjpercek, mint támadó felület (tigris)
HITAI 額	Homlok
HITO-E-MI ひとえみ	Összhangba kerülni a támadás mozdulatával
HITOEMI ひとえみ	Azonos állás, lábak párhuzamosak
HITORI WAZA 一人技	Gyakorlás láthatatlan partnerrel
HIZA	Térd
HIZO	Vese
HOMA	Tűzszolgálat, buddhista szertartás
HOMBU DOJO	Az Aikikai központi épülete, edzőterme.
HYOSHI	A test ritmusa a mozgás ütemében.

I

IAI	A kard sayaból történő kihúzásának művészete, ami az ellenfelet rögtön ártalmatlanná teszi. Szintén batto-jutsu.
IAI GOSHI いあい腰	Csípő ejtés - mély, stabil pozíció
IAI HIZA いあい膝	A lábikrán ülni (tate hiza)
IBUKI 息吹	Légzéstechnika – hosszú belégzés és egy gyors, köhintés szerű tudókiürítés
ICHIMONJI 一門時	Egyenes vonal
IDO 移動	Mozgás
IDORI いどり	Technikák gyakorlása seiza-ból
IIE いいえ	Nem
IKI	Lélegzet, szellem, morál, lelkesedés
IKKYI-NI 一気に	Egy levegővétel alatt , azonnal, rögtön
IKKYO 一教	Első tanítás, az első számú leszorításos technika: oshi taoshi, ude osae
IMA 今	most
IN-IBUKI 陰息吹	Belső (halk) légzés
INASU	Oldalsó elmozdulás az ellenfél támadásának elkerülése végett
IPPON-KEN 一本拳	Ökölbesorított kéz ???
IRIMI 入身	Belső, belépő, behatoló - belépés, mozgás a partner felé.
IRIMI ISSOKU	Belépés egy lépéssel/mozdulattal
IRIMI NAGE 入身投げ	Aikido technika - belépő dobás, az Aikido dobástechnikák egyik alappillére (20 év technikája)

J

JAME	Befejezés (vezényszó) – yame
JIME	Rajta
JIGOTAI	A védekezés érdekében süllyesztett állás. A shizentai ellentéte.
JINBU	A penge vágó éle
JINCHU	Vitális pont a felsőajakon az orr alatt (atemi)
JINJA	Sintó szentély (templom). Építészeti stílusát tekintve nagyon hasonló a buddhista templomokhoz. Biztos megkülönböztetési pont, hogy a sintó szentélyek előtt ott a torii, egy, a nagy görög pi-hez (fordított U-hoz) hasonló kapu. Japánban Iwamában, Ibaraki prefektúrában van Aiki-szentély.
JINKAI-KYUSHO 人体急所	Vitális pont az emberi testen
JINTAI 人体	Test
JITSU	Technika, módszer
JIYU	Szabad
JIYU WAZA 自由技	Szabad gyakorlás rendszerint több támadóval. Különböző fajtái vannak a megkötések függvényében - csak a támadás kötött, vagy csak a technika kötött, mindkettő kötött. (Jiju waza) Ahol egyik technika sem kötött az a randori.
JO 杖	Bot kb. 130 cm hosszú. Sok Jo mozdulat a hagyományos japán lándzsavívásból, mások a Jo jutsu-ból jöttek (mára Jo do), de sok az Alapító újítása is. Rendszerint a haladó gyakorlásban használják.
JODAN 上段	Magas, a test felső része, nyaktól felfelé
JODAN TSUKI 上段突き	Felső ütés - ütés fejre
JOSEKI NI REI 上席に礼	Meghajlás a dojo magasabb része felé ???
JU JUTSU	A lágyság művészete
JUDO	"Lágy út", Kano Jigoro által kifejlesztett később versenysporttá vált harcművészet.
JUIZO 腎臓	A vese tájéka
JUJI GARAMI 十字柄杓	Aikido technika – keresztkulcs, karösszefonás. 10 számú dobás japánul Ju=10 (+) - (juji nage)
JUJI NAGE 十字柄杓	Aikido technika – keresztkulcs, karösszefonás. 10 számú dobás japánul Ju=10 (+) - (juji garami)
JUKENDO	Szó szerint "bajonett-út", azaz bajonetttharc-gyakorlás.

JUNBI DOSA

Bemelegítés, bemelegítő gyakorlatok

JUNCHU じんちゅう

Vitális pont a felsőajakon

K

KACHI	Győzelem , győztes
KACHIHAYABI	"Győzelem a napfény sebességével." Az Alapító szerint amikor valaki megvalósította a totális önuralmat (agatsu) és a tökéletes összhangot az univerzumot uraló alaptörvényekkel (különösen az etikai elvekkkel), akkor rendelkezésére fog állni az univerzum teljes ereje, nem lesz tovább igazi különbség közte és az univerzum között. A szellemi fejlődés ezen szintjén a győzelem azonnali. Ha a támadónak szándékában áll elkövetni egy erőszakos cselekedetet, megtöri a harmóniát az univerzum alapelveivel, de senki sem versenyezhet sikeresen az ilyen elvekkkel. Az emberi életben az univerzum alapelveinek kifejeződése a szeretet (ai), és az Alapító szerint a szeretetnek nincsenek ellenségei. Ha nincsenek ellenségek, nem kell harcolni, és így mindig mindenki győztesként kerül ki (masakatsu).
KAESHI WAZA 返し技	A technika (meg)fordítása - visszatámadás.
KAESHI TSUKI 返し突き	Visszatámadás, lökés
KAGE	Horog
KAICHO 会長	Iskola vezető, 'tulajdonos' szervezet esetén
KAIDEN	Tanító tekercs vagy engedély, amit a tanuló kapott mesterétől. Szintén: menkyo kaiden.
KAISO	Alapító
KAITEN 回転	Forgó, forgató
KAITEN NAGE 回転投げ	Forgató dobás (uchi-belső, soto-külső)
KAITEN-JUKI 回転軸	A (technika) forgatás tengelye
KAKAE DORI	Átkarolás
KAKARE	"Vedd fel a harcot vele!" azaz "Támadd meg!"
KAKATO	Sarok (lábon)
KAKUTO 踵	A csukló háta (ütéskor) – koken???
KAMAE 構え	Testhelyzet, testtartás (fegyverrel vagy anélkül, bár fegyver nélkül általában "tacsi"-nak hívják a különféle irányzatokban). A fizikai helyzetre utal, de mivel az Aikido-ban jelentős párhuzam van a fizikai és lélektani tartás között a határozott állás általában határozott lelki tartást (is) eredményez. Az Aikido-ban fontos a határozott lelki hozzáállást fenntartani.
KAMI	Istenség, istenszellem. A shinto, sok-istenhitű természetvallás (emlegetik néha a kilencmilliárd isten vallásaként) tanítása szerint szelleme, Kami-ja lehet minden fontosabb természeti tárgynak (hegynek, folyónak, stb.) és jelenségnek (villámlás, eső, nap, stb.), sőt, emberből is lehet Kami.

KAMIZA	Oltár, magas(abb) hely. Az Aikido-ban általában a dojo főhelyén van, gyakran ad helyet az Alapító képének, vagy rövid írásoknak. Általában a Kamiza irányába hajlunk meg amikor bejövünk, vagy elhagyjuk a dojo-t, illetve a szőnyeget. (kami = isten, istenség, za = hely)
KAMIZA NI REI 上座に礼	Meghajlás a kamiza (oltár)
KAN 勘	Érzés, ház (dojo)
KANCHO 管長	Iskola vezető, 'tulajdonos' épület esetén
KANSETSU WAZA 関節技	Izületek feszítésére irányuló technikák
KAO	Arc
KARA	Üres, kínai
KARAME 絡め	Lefog, letartóztat
KARAMI 絡み	Belegabalyodás
KARUI-GEIKO 軽い稽古	Könnyed gyakorlás
KARUMA かるま	Alapállás a kardvívásban (waki gamae), a pénye vízszinte
KASHAKI-UCHI かしゃき打ち	Folyamatos támadás
KASHI 下肢	Lábak
KASUMI 霞	A karok keresztezése a technika elrejtése végett (hegyi köd, homály)
KATA	Előre meghatározott forma, formagyakorlat, egy a kettőből
KATA DORI 肩取り	Vállfogás
KATAGATAME 肩構え	A kaiten nage variációja, amikor zárjuk a támadó vállát és az uke-t egyenesen a földre kényszerítjük
KATAME WAZA 固め技	Kontrolltechnika, leszorítással végződő technikák (tartalmazza az osae, kansetsu, shime waza-kat)
KATANA	Kard. Katana néven általában a külföldön szamuráj kardként ismert, a valóságban a szamurájok által hordott két kard közül a hosszabbat (daito) szokták emlegetni, de a zsebkéstől a leghosszabb tacsu-ig mindenféle kardot lehet Katanának hívni. (A zsebkés például kogatana, "kis kard".)
KATATE 片手	Egy kéz (egy a kettőből)
KATATE DORI 片手取り	Egykezes fogás, egy kéz fogása – egy kéz a kettőből támadása
KATATE UCHI 片手打ち	Egy kezes támadás

KATSU JIN KEN	"A kard, ami életet véd." Ahogy a buddhizmus (főleg a zen-buddhizmus) és a taoizmus egyre inkább befolyásolta a japán kardforgatás művészetét, a gyakorlói annál inkább érdekeltek lettek az etikai alapelvek tudományukba építésében. A kardforgatás művészetének tökéletes mestere az ilyen gyakorlók szerint nem csak gyakorlásra kell, hogy tudja használni a kardot, hanem az élet védelmezésére is. A Katsu jin ken megalapoz néhány határozott alkalmazást a technikák fejlesztésében, amelyek inkább a kard nem vágó részeit használják az ellenfél megütésére vagy kontrolálására, mint hogy megöljék. Ezen technikák hatása néhány helyen megfigyelhető az Aikido-ban is. Más technikákat úgy fejlesztettek ki, hogy fegyvertelen személy is lefegyverezheti a támadót. Ezeket a technikákat gyakran gyakorolják az Aikido-ban (setsu nin to).
KEAGE	Lendítés
KEICHI	Vitális pont a nyak hátulsó részén (atemi) – tarkón???
KEIKO GI 着	Gyakorló ruha
KEITO	Csirkefej "ököl"
KEIKO	Gyakorlás, edzés. a siker egyetlen titka az Aikido-ban. Irodalmi értelemben gondolkodni a múlton.
KEKOMI	Toló rúgás
KEN	Kard
KEN JUTSU	A japán kardvívás művészete
KENDO	Japán vívás, a kard útja.
KENKOKOTSU 肩甲骨	Lapocka
KERI	Rúgás
KERITSU	Felállni!
KESA 袷	Hajtóka – a szerzetes ruha része, ami a bal vállról/vállon lóg
KI	Életenergia, őserő, ősenergia, életerő, a vitális energia, az összpontosított erő energiája. Nincs megfelelője a nyugati nyelvekben. A keleti kultúrában mindenhol fellelhető (filozófia, gyógyászat, művészet, szellemi, és testi kondicionálás). A KI-teljes jelentése csak személyes tapasztalás által válhat világossá A kínai kultúrában a Ki-t úgy nevezik, hogy Chi, Indiában Prana.
KIAI 気合	KI-vel való telítődés, fókuszálás. A fizikai síkon egy átható kiáltásként jelenik meg, ami a kiáltó saját lényének mélyéről ered. Segít az összpontosításban, az erő (Ki) egy mozdulatba való fókuszálásában, valamint az ellenfél megzavarásának is eszköze. A japán küzdősportok szinte kivétel nélkül mindegyikében megtaláljuk.
KIHON 基本	Alap; alapvető; lényeg(es) vagy bázis. Kihon waza = alaptechnika. Sok Aikido technikát látszólag nagyon különböző módokon végre lehet hajtani.

Meglátni a technikák felszín alatti sajátosságait és megragadni a közös magjukat, ez a Kihon megértése.

KIHON WAZA 基本技	Alap-, bázis technikák
KIKAI	A legjobb pillanat a technika végrehajtásához.
KIKAN 気管	Légcső
KIKU きく	Alsó, alacsonyabb
KIMUSUBI	(Ki no musubi) "a ki kapcsolása/kötése"; a partner ki-jével való egyesülés. A folyamat, amikor megragadjuk, hozzátapadunk a partner mozdulataihoz, és fenntartjuk ezt a kapcsolatot végig a technika alkalmazása során. A tökéletes Kimusubi tiszta, rugalmas és figyelmes elmét kíván (setsuzoku).
KINTEKI	Ágyék
KIRI	Vágás
KIRI OTOSHI	Aikido technika - (le)ejtő vágás
KIRIKAESHI	Vágni miközben előre majd hátra mozgunk. Szintén: uchi-kaeshi.
KIYOTSUKETE 気をつけて	Légy óvatos, vigyázz
KIZA きざ	Térdelés, de nem az ujjakon
KIZAMI (TSUKI)	Döfé (döfő ütés)
KO	Légzés, belégzés.
KOBUDO	Harcművészet, a fegyverek való bánásmódot tanítja (sai, nunchaku, bo, kama, tonfa)
KOBUKAN	Az Aikido első fellegvára, központi dojo-ja Tokyo-ban.
KODACHI	60cm vagy annál rövidebb rövid kard. Szintén: shoto.
KODANSHA	6. dan vagy feletti fokozattal rendelkező.
KODOKAN	Kano mester Judo központja.
KOHAI 後輩	Valamilyen tevékenységet (munkát, sportot, stb.) később kezdett, azaz alacsonyabb rangú.
KOKEN	Csukló külső, felső része
KOKO ここ	A hüvelyk és a mutató ujj közötti terület
KOKORO 心	Lélek, akarat, szív, érzés, hangulat
KOKORO GAMAE 心構え	Mentális hozzáállás
KOKUTSU こうくつ	Hátsó lejtés

KOKYU	Légzés, lélegzés. Az AIKIDO részét képezi a Kokyu-ryoku, a légzéserő, ami a lélegzés és a mozgás összhangba hozását jelenti. A lélegzés ellenőrzése elősegítheti a nagyobb koncentrációt és a stressz kiküszöbölését. Sok hagyományos meditációs formában a lélegzést fokozott koncentráció vagy szellemi nyugalom fejlesztésére használják, ugyanígy az Aikido-ban is. A lélegzés ritmusa segít a helyes időzítésben is.
KOKYU DOSA 呼吸動作	'légző-erő' gyakorlat (seiza-ból)
KOKYU HO 呼吸法	morotetori kokyu nage vagy ryotemochi kokynage ude-oroshi irimi
KOKYU NAGE 呼吸投げ	A Kokyu-n, a lélegzésen alapuló dobástechnika. Dobás a lélegzés erejével.
KOKYU-HO	Légzésmód. Különleges, meditációs gyakorlat a szellem lecsendesítésére, és az igazi Kokyu megteremtése céljából.
KOMI 込み	Közel jönni, közeledni, közel húzódni
KONGO こんご	A (kard)penge függőleges tartása az arc előtt
KORYU 古流	Régi iskola, korábbi iskola
KOSA DORI 交差取り	Keresztfogás (ai hanmi katate dori)
KOSA	Kereszt, kereszt irányú – ai hanmi katate dori másik megnevezése Kosa dori
KOSHI	Csípő, (talppárna? - chusoku)
KOSHI NAGE 腰投げ	Csípő dobás
KOSHIITA 腰板	A hakama hátsó lapja
KOTE 小手	Alkar, vívókesztyű, használatos a csukló jelentés is (csukló=tekubi – te=kéz, kubi=myak).
KOTE GAESHI 小手返し	Alkarcsavar, alkarfordítás. Technika a csukló csavarásával.
KOUTAI 交替	Váltás, változtatás
KOTODAMA	Mágikus szavak, szómágia. Különböző hangok képzése egyfajta mitikus transzállapot létrehozására. Az Aikido alapítóját nagymértékben foglalkoztatták a különféle sintó és újsintó misztikus gyakorlatok, és ezek közül néhányat saját Aikido technikáinak is részévé tett.
KU	Üresség. A buddhizmus szerint a dolgok alapvető tulajdonsága az egyéni, változatlan lényeg hiánya (üresség). A dolgok "lényegnélküliségének" felismerése vezet a szellemi "nem-kapcsolódás", a tudatos nyugalom (egykedvűség) gyakorlásához. Ezen üresség közvetlen felfogását, megtapasztalását nevezik megvilágosodásnak. Az Aikido-ban ez a tudatos nyitottság ideális állapotában nyilvánul meg, egy olyan állapotban, amelyből azonnal és ösztönösen lehet reagálni a változó körülményekre (mokuso).
KUBI 首	Nyak

KUBI NAKA 首なか	Vitális pont a koponya alsó felén (atemi)
KUBI SHIME	Nyakfogás, nyak átkarolás
KUJIKI くじき	Feszítés, húzás
KUKYO 九教	Aikido alaptechnika: 9. tanítás fordított nanakyo
KUMIJO 組杖	Páros gyakorlás jo-val
KUMITACHI 組太刀	Páros gyakorlat (bo)ken-nel
KUMI TACHI	Páros gyakorlatok (awase)
KUMIJO	Páros jo gyakorlás.
KUMI-UCHI	Ruhafogásos küzdelem
KURAI	Fokozat vagy tisztség, az emberi és technikai szint amit a gyakorlás során elértünk.
KUSHIN くしん	Támadásba lendülni
KUSSHINUKE くしんぬけ	A támadás ki-, elkerülése
KUZUSHI	A partner egyensúlyának megtörése. Az Aikido-ban nem lehet tökéletesen véghezvinni egy technikát anélkül, hogy az ellenfelet ki ne billenténék az egyensúlyából. A helyes Kuzusi eléréséhez sokkal inkább a helyezkedésre és időzítésre, semmint a pusztán fizikai erőre kell támaszkodni.
KYOSHI 教師	Magas (közepesen) rang (legalább 7. dan)
KYU 級	Fokozatok ami megelőzi a DAN fokozatokat (tanulófokozat). A fokozatok: rokyu 六級, gokyu 五級, yonkyu 四級, sankyu 三級, nikkyu 二級, ikkyu 一級
KYUDO	Az íj útja, japán íjászat
KYUSHO 急所	Vitális pont a testen

M

MA	„Távolság” 2 objektum, történés vagy időpont között. Ez a távolság mindig időbeli és térbeli.
MA AI 間合い	Térköz; a küzdő felek (megfelelő) távolsága. (Érdekesség: a mai japán nyelvben a "manuke" bolondot, ügyefogyottat jelent, ám a szó eredetileg a kardvívásból származik: bolond -- ügyetlen -- ugyanis az, aki nem tudja tartani a megfelelő küzdőtávolságot.)
MAE 前	Elöl, elülső, előre
MAE CHOKU TO UKEMI	(Szabad)esés, zuhanás előre
MAE GERI	Egyenes rúgás előre.
MAE NO SEN 前の先	Átvenni a kezdeményezést. Támadni, abban a pillanatban amikor a támadó gondol rá
MAE UKEMI	Előre gurulás, előre esés
MAKI 巻き	Körülölel(ő)
MAKI OTOSHI 巻き落とし	A nage letérdeléssel (egy térdre) dobja az uke-t a vállá felett
MASAKATSU	Igazi, valódi győzelem (agatsu, kachihayabi).
MASSUGU 真直	Egyenesen előre
MATA 股	Ágyék, comb (daitai)
MATADACHI 股打ち	Rés, hasítás a hakama oldalán
MATE 待つ	Várj! (Yame=vége)
MAWASHI 回し	A sumosok által használt öv. Szintén: shimekomi.
MAWASHI 回し	Köríves, körkörös
MAWASHI GERI	Köríves rúgás.
MAWATE 回って	Fordulás
MEIJIN	Valaminek a mestere - művészetnek.
MEN 面	Fej(páncél) (ganmen=fej)
MEN UCHI 面打ち	Vágás, ütés a fejre.
MENKYO	Tanítói engedély. Szintén: menkyo kaiden.
METSUKE	A szem pozíciója.

Enzan no metsuke: A hegyekre pillantani, vagyis úgy nézni az ellenfelet, hogy ne legyen határa a pillantásnak. Az egész képet (hegyet) látni kell.

		Kanken no metsuke: „túlnézni az ellenfelen” és látni a valós tudását, gondolatait.
MIGI 右		Jobb (oldal), jobbra irányuló.
MIGURI	???	Csuklófordítás, a kéz pozíciójának változtatása.
MIKAZUKI みかずき		Ütés (atemi) az állkapocs sarkára
MIMI 耳		Fül
MINE		A kard éllel ellentétes oldala. Szintén: mune.
MISOGI 禊		A "Megtisztulás Nagy Lehetősége", megtisztulási ceremónia, gyakorlat.
MIZU		Víz
MIZUOCHI		Solar plexus – hasi idegközpont: gyomorszáj. Szintén: suigetsu.
MOCHI		Tartás, fogás (dori, tori)
MOKU ROKU もくろく		A technikák gyűjteménye
MOKUSO 黙想		Meditáció, a meditációra felszólító vezényszó.
MON 紋		Család jelvény a ruhán
MONOMI		A szemek helyzete célzás közben (kyudo).
MONO UCHI		A kard felső harmada, amivel a leghatékonyabb vágás történik.
MONTSUKI 紋付		Bő, selyem felső családjelvénnel a mellkason, az ujjon és a háton
MORO		Mind, minden (mindkettő)
MOROTE 諸手		(mind)Két kéz
MOROTE DORI 諸手取り		Egy kéz fogása két kézzel (u.a. Katate ryote dori)
MUDANSHA 無段者		Nem feketeöves gyakorló. Szó szerint "nincs-fokozata-ember".
MUGOREI		Folyamatosan. Ne állj meg!
MUKOZUNE むこずね		Vitális pont a sípcsont közepén (atemi)
MUNE 胸		Mellkas
MUNE DORI 胸取り		Fogás a ruha hajtókájánál – előről.
MUNE TSUKI 胸突き		Lökés, ütés az obi 'gombja' irányában
MUNEN MUSHIN 無念無心		Támadás 'gondolkodás' nélkül (alighanem feltétel nélkül)
MUNEN MUSO 無念夢想		A zazen eredménye

MURASAME むらさめ

Nyomásponat a nyak két oldalán a kulcscsont mögött

MUSHIN

Szó szerint "nem-lélek", vagy "nincs-lélek". Egyfajta tudatos készenléti állapot, amelyet leginkább a kalandozó gondolatok hiánya jellemez. Olyan tudatállapot, amelyben az agy spontán cselekszik, és bár kétségkívül a Musin része a spontaneitás azzal nem egyezik meg (teljesen). Talán úgy lehetne fogalmazni, hogy a Musin állapotában az ember képes gondolkodni és megkülönböztetéseket tenni anélkül, hogy a gondolatok irányítanák.

MUSUBI 結び

Vég, konklúzió, egység – szorosán, zárva

N

NAGARE	Folyás, folytonosság. Az Aikido gyakorlásának egyik célja, hogy a fizikai erőt ne fizikai erővel próbáljuk meg ütköztetni. Sokkal inkább meg kell tanulni a fizikai erővel együtt mozogni (folyni), és átírányítani azt akaratunknak megfelelően.
NAGASHI 流し	Folyás, folyamatosság
NAGASHI WAZA 流し技	Átvezetni az egyik technikát a másikba
NAGE 投げ	Dobás, dobó - technikát végrehajtó fél (akit támadnak)
NAGE WAZA	Dobástechnika
NAGINATA	Görbe alabárd fajta. Főleg nők körében volt használatos.
NAIKE ないけ	Vitális pont a boka belső felén
NAKA 中	Központ
NAKA NI 中に	A közepébe (valami közepébe)
NANAKYO 七教	Aikido technika – 7. tanítás: Yonkyo a csukló hátulról történő fogásából indítva
NANAME 斜め	Átlós, rézsútos
NAORE	Befejezés, visszaállás
NE WAZA 寝技	Fogás (megragadásos) technikák
NEN	Figyelem, koncentráció.
NIKYO 二教	Második tanítás. Az AIKIDO második (bázis)technikája = kote mawashi, kote maki
NININGAKE	Küzdelem két ember ellen.
NINJA	Középkori japán kém, orgyilkos.
NINJO 人情	Amit tenned kell
NINJUTSU	Ninja-technikák rendszere – magába foglalja a harci technikákat éppúgy, mint a különféle felhasznált eszközöket és módszereket.
NO の	Birtokos eset (x NO y = x y-ja)
NOBASHI 伸ばし	(ki)nyújtózás
NODO	Torok
NOGARE のがれ	Légzés technika hosszú belégzéssel és gyors kifújással
NOTO	A kard hüvelybe (saya) helyezése

NUKI 抜き

Húzni

NUKITE 抜き手

Ujj – kiegyenesített ujj vége

O

O	Nagy
O NEGAI SHIMASU	Legyen szíves, kérem. Udvarias, japán kérő formula. Még udvariasabb változata az o negai ITAshimasu, amit a gyakorlásra való felkérésre használunk.
O SENSEI 大先生	Nagy tanító vagy Nagy mester. Az Aikido-ban Uyeshiba Morihei, az Aikido alapítóját hívják ezen e néven. Egyes források szerint nem egészen szabályos japán kifejezés, amit egy köznapi japán ember nem feltétlenül fogja érteni, hogy miről van szó. A japán Aikido-sok többsége nem is így, hanem inkább Kaiso-nak nevezik Uyeshiba Morihei Sensei-t. (Érdekesség, hogy az O Sensei kifejezés karakterei megegyeznek a Dai-Sensei kifejezés karaktereivel, ami szintén Nagy Mestert jelent.)
OBI 帯	Öv
ODACHI	Hosszú kard. A kodachi ellentéte. Szintén: daito.
OI	Azonos (ai)
OI TSUKI 追い突き	Elöl levő láb oldali kézzel történő ütés
OJI おじ	Válasz, reakció
OJI WAZA おじ技	Védni és visszatámadni
OMOTE 表	Felszín, homlokzat, elülső rész.
OMOTE WAZA 表技	Technikák, amiket feltárunk – nyilvánosságra hozunk
ONEGAISHIMASU お願いします	Kérlek, gyakorolj velem
OMOTO KYO	A Nagy Eredet tanítása, a Nagy Eredet tana. A kyoto-i Deguchi Nao parasztasszony által 1895-ben alapított vallás, amit később veje Deguchi Onisaburo folytatott.
OROSHI	Lefelé irányuló
OROSHIKI	Térdelő pozíció, amikor a jobb térd fent van, a bal térdhajlítva a földön.
OSAE 押え	Leszorítás, nyomás, 'leköt' 'megbénít'
OSAE WAZA 押え技	Leszorításos vagy kontroll technikák.
OSU	Tiszteletet kifejező szó. Lehet üdvözlés, tudomásul vétel.
OTAGAI NI REI お互いに礼	Meghajolni egymás felé (felszólítás)
OTOSHI 落とし	Ejtés, ejteni

R

RANDORI 乱取り	Ran - véletlen/összevissza + tori megfogás, támadás, a Juyi waza, a szabad gyakorlás szinonimája. Bár az Aikido technikákat jellemzően egy partnerrel gyakoroljuk, az Aikido-testmozgások (tai sabaki) több támadó ellen való védekezés során is hatékonyan alkalmazhatóak.
REI 礼	Meghajlás, tisztelet és hála kifejezésének módja.
REIHO	A tisztelet kifejezése a meghajláson és más rituálékon keresztül. Szintén: reigi-saho.
REIGI 礼儀	Illem, etikett, helyes viselkedés. A helyes viselkedés minden pillanatban (különösen a dojo-ban) legalább olyan fontos, mint a technikák gyakorlása. Az illemszabályok betartása jelzi az ember őszinte szándékait, tanulni vágyását, illetve mások érdekeinek és jogainak felismerését és megtartását. (reishiki)
RENRAKU WAZA	Technikai kombináció
RENSHI 礼申し	Adományozott rang a dan fokozatokon felül
RENSHU 練習	Kemény bázismunka (kihon)
RENZOKU	Folyamatos
RIAI	A Ken és Jo technikák rendszerei közötti összefüggés.
RIHO	A technikák mögötti logika.
RINEN	Ideológia vagy koncepció. A budo rinen a személyiség fejlesztése.
RITSUREI 立礼	Köszönés, álló testhelyzetben. 15° az ellenfél felé, 30° a shomen felé.
RITSUZEN 立禅	Meditáció, álló helyzetben
ROKKYO 六教	Aikido technika - 6. tanítás: hiji-kime-osae vagy waki-katame vagy ude-hishigi
RYO	Mindkettő
RYO KATA DORI 両肩取り	Két váll fogása.
RYOTE DORI 両手取り	Két kéz fogása két kézzel.
RYU	Iskola

S

SABAKI さばき	Mozgás, mozdulat
SABAKU	Előnyös helyzetbe mozogni. Tai sabaki: test mozgás Ashi sabaki: lábmunka
SAHO 左方	A megmaradt irány, lehetőség
SAKE	Japán rizsbor
SANKAKU 三角	Háromszög
SANKAKUTAI	Háromszögállás
SANKYO 三教	Harmadik tanítás - az AIKIDO harmadik (bázis)technikája: kote hineri, shibori-kime
SANNINGAKE	Küzdelem három támadó ellen.
SATORI 悟り	Feleszmélés, ráébredés.
SEIGAN 止眼	Természetes lépés, alap(vető) lépés
SEIKA TANDEN 臍下丹田	Alhas (seinka tanden, shita hara). A köldök alatti alhasi régió, ahol a ki (energia) összpontosul.
SEIKEN 正拳	Ujj ízület
SEIKI	Szellemi energia
SEIKICHU せいきちゅう	Gerinc
SEINKA TANDEN	A centrum, az egyetlen pont. Keleten a fizikai és szellemi központ helyét kb. három ujjnyira a köldök alá teszik (hara, seika tanden, shita hara)
SEIZA 正座	Helyes ülés. Hagyományos, formális japán térdelő, ülő helyzet.
SEME GUCHI 攻め口	Nyitás a támadásra
SEMETE 攻め手	Támadó
SEMPAI	Valamilyen tevékenységet (munkát, sportot, stb.) korábban kezdett, azaz magasabb rangú. Az 1-2. dan és a kyui fokozatú gyakorlók megszólítása. (senpai)
SEN 先 T	A kezdő, kezdeményező, 1000 (számnév)
SENAKA 背中	A test hát oldala, hát
SENJTSU 戦術	Taktika

SEN NO SEN 先の先	Megragadni a kezdeményezést a támadás pillanatában
SENPAI 先輩	Valamilyen tevékenységet (munkát, sportot, stb.) korábban kezdett, azaz magasabb rangú. Az 1-2. dan és a kyui fokozatú gyakorlók megszólítása. (sempai)
SENSEI 先生	Tanár,oktató, szokásos japán megszólítása. 3. dan-tól van lehetőség a Sensei (tanár, tanító) megnevezésre. Némely harcművészet esetén a fokozattal automatikusan járnak a titulusok, más irányzatoknál a fokozat önmagában nem elég.
SENSEI NI REI 先生に礼	Meghajolni a tanító felé
SENTE 先手	Az a személy, aki kezdeményez(i a támadást)
SEPPUKU	Hasfelmetszés - rituális öngyilkosság, a lélek kiengedése. Harakiri, bár ez a szó így nem létezik a Japánban, külföldiek 'csinálták' (hara o kiru=hasat felvágni).
SETSUZOKU	Kapcsolat, összekötés. Az Aikido technikák általában jóval hatékonyabbak, ha az ember összeköti a saját tömegközéppontját/centrumát (hara) a mozgás külsőbb részeivel, illetve összeköti saját tömegközéppontját az ellenfelével. Hasonlóan, a Setsuzoku szót használják a technika folyamatosságának jellemzésére is. Pszichológiai értelemben a Setsuzoku az ember és partnere közötti hatás-kölcsönhatás kapcsolatot jelenti, azaz az Aikido technikák sikeres végrehajtása rendkívül nagy mértékben függ a saját technikák és a partner technikáira való válaszok időzítésén.
SHI 式	Egy személy (szamuráj), négy (si) – Sinu , meghalni, ezért a japánok inkább a Yon kifejezést használják.
SHI WAZA しわざ	Visszatámadás, választechnika
SHIAI	Párviadal életre-halálra, verseny. Kiejtésük különböző, írásjelük egyforma.
SHIDOIN	Vezető, irányító, oktató, edző
SHIHAN 師範	Oktató, mester – az oktatók oktatója. 5-6. dan felett van lehetőség a Shihan (professzor?) megszólításra. Némely harcművészet esetén a fokozattal automatikusan jár a titulus, más irányzatoknál a fokozat önmagában nem elég. Egyes források szerint az iskolán belül használatos, az iskolán kívül sensei.
SHIHO GIRI	Vágás négy irányban.
SHIHO NAGE 四方投げ	Dobás négy irányban. Alapja a shiho giri.
SHIKAKU	Holt szög. Olyan helyzet (a partnerhez viszonyítva), amelyben a partner számára nehéz a támadás vagy annak folytatása, és ahonnan viszont könnyen irányítható az ő egyensúlya és mozgása. Az Aikido technikák első lépése gyakran a shikaku megvalósítása.
SHIKI 式	Bátorság, forma, stílus

SHIKKO 膝行	Térdén járás. A shikkó nagyon fontos a tömegközéppont (hara) tudatosságának fejlesztésére, továbbá erősíti a csípőt és a lábat. Az Aikido technikák nagy részét ebből a helyzetből is gyakorolják.
SHIN BU HONRAI FUJI	Az istenek útja és a harcos útja eredetileg nem két különböző ösvény. Az alapító egyik mondása, ami a shinto és budo alapvető egységét fejezi ki.
SHIN KI RYOKU ICHI	Az elme, az energia és a technika egyesítése.
SHI SHIN	Az állapot amikor az elme leragad valahol, ami lehetetlenné teszi a reakciót.
SHINAI 竹刀	Bambusz kard
SHINGON	Igaz szó. Az egyik régi buddhista szekta japánban.
SHINI TAI	Szó szerint halott test. A helyzet amikor valaki elveszti az egyensúlyát, a pozícióját és azt képtelen visszanyerni.
SHINSHIN 心身	Test és értelem
SHINSHIN SUGYO 心身修行	Test és értelem gyakorlás, edzés
SHINSHIN TOITSU 心身統一	Test és értelem egyesítése, egyesített test és szellem
SHINKENSHOBU	árbaj igazi kardokkal. Azt fejezi ki, hogy az Aikido gyakorlás során az embernek úgy kell viselkednie, mintha (bizonyos értelemben) valódi kardokkal folyó élethalálharcról lenne szó. Különösen arra értendő, hogy az Aikido gyakorlás közben az embernek kizárólag az Aikido-ra szabad gondolnia, mint ahogy egy vérre menő párbaj esetében is kizárólag a párbajra koncentrálni.
SHINTAI 身体	Előre-hátra mozgás, test
SHINTO	Az istenek útja. Japán természetvallás, amit ezen a néven, a buddhizmus Japánba beérkezése után, az attól való megkülönböztetés érdekében említik. A történelem során viszonylag jól megfértek más egyéb vallásokkal, bár az uralkodó osztály elsősorban mindig is buddhista volt. A második világháború előtt elég szerencsétlenül, a hazafias lelkület szítására államvallássá tették, de ezt 1945 után eltörölték. A mai átlag-japán nem különösebben vallásos, lelkében jól összeférnek a különböző vallások ceremóniái, míg az esküvők nagy része shinto (és manapság keresztény) szertartás szerint zajlik, a temetések általában buddhista szokás szerint.
SHINZEN NI REI 神前に礼	Meghajlás a szentély felé
SHITA 下	Ereszkedő
SHITA HARA 下腹	Alhas, a has alsó része (hara, seika tanden)
SHITA NO 下の	Az alsó rész valamelye
SHIZEN	Természet
SHIZENTAI	Természetes állás - stabil és kiegyensúlyozott

SHIZOKU ぞく	Bizt(onság)os pont
SHO 小	Kicsi
SHODAN	Kezdő dan, az első mesteri fokozat.
SHOMEN 正面	Elülső rész, homlokzat, előre. Arc vagy a dojo szentélye.
SHOMEN UCHI 正面打ち	Egyenes vágás fejre – előre vágás
SHOREMADE	Állj, gyakorlatok vége!
SHOSHIN 初心	A kezdők szelleme, gondolata
SHOSHINSHA	Kezdő
SHOTEI	Tenyér, tenyérpárna
SHOTO	Rövid kard. Szintén: kodachi.
SHU HA RI	A tanulás szintjét jellemző kifejezés. Shu: a tanuló mindenben engedelmeskedik és követi az tanár útmutatását. Ha: a tanuló fejleszti a tudását, de már van rálátása a rendszerre. Ri: a tanuló már képes önálló stílust létrehozni az korábbiakban megszerzett tudás és tapasztalat alapján.
SHUCHU 集中	Koncentráció
SHUGEKI 襲撃	Támadás
SHUGYO 修行	Gyakorlás, a követés tudománya, tanulás, munka kezdete, munka befejezése, vallási (olykor aszkétikus) gyakorlat
SHUHAI しょうはい	Kézhat
SHUTO 手刀	Kéz él
SHUKASHI WAZA	Technikák, amelyek során nem engedjük, hogy a támadó megragadhasson bennünket. Ideális esetben az ember elegendően érzékeny arra, hogy a támadó (vagy leendő támadó) helyzetét és mozgását figyelemmel kísérve, semlegesítse a támadást, még mielőtt az végrehajthatna. Nem kevés fizikai és szellemi gyakorlást igényel ezen ideális állapot elérése.
SHUTO	Kéz él
SHINTAI	Egyenes mozgás (shintai)
SOATE	Török ülés
SODE 袖	Ujj (ruháé)

SODE DORI 袖取り	Ruhaujj fogás – könyöknél (nem hiji dori)
SOKE 総家	Stílusvezető, családfő
SOKEI 鼠蹊	Ágyék
SOKO そこ	Adott pozíció
SOKUMEN	Oldal, oldalsó (pl. sokumen irimi nage – oldalról végrehajtott irimi nage)
SOKUSO 足そ	A lábujjak vége (rúgásra)
SOKUTEI 足低	A sarok alsó fele
SOKUTO 足刀	(Külső) talp él
SORI	A katana vagy bokuto görbülete
SOTO 外	Külső, kívül.
SOTO KAITEN NAGE	Aikido alaptechnika – külső forgató dobás
SUBURI	Üres vágás – árnyékolás. Gyakorlás ellenfél nélkül. Megtanítja az eszköz használatának alapjait és a vágást.
SUDORI すどり	Mozzanat, lendület
SUIHEI UCHI	Vízszintes vágás.
SUKASHI WAZA すかし技	A technika végrehajtásának az a módja, mikor nem engedjük meg, hogy a támadó befejezze a támadást (pl. megragadja a karunkat, vagy befejezze az ütést)
SUKI	Rés, nyitottság, amelyen keresztül valaki támadható, ellene egy technika alkalmazható vagy éppen egy pont, ahol egy technika megtörhető. A Suki lehet fizikai vagy pszichológiai. A gyakorlás célja, hogy az ember érzékeny legyen a saját gyengeségeire, illetve, hogy a másik mozgásában felfedezze azt. Ideális esetben egy Aikido mester már olyan magas szintre fejlődött, hogy nem kerül ilyen helyzetbe.
SUKUI 掬い	Meríteni, mélyíteni
SUMI	Sarok, zug
SUMI GAESHI 角返し	Sarok dobás
SUMI KIRI	A test és lélek tisztasága.
SUMI OTOSI 角落し	Aikido technika - sarok(hoz) ejtés
SUMIMASEN すみません	Bocsánat, elnézést (figyelem felkeltésére – nem utólag)
SUMO	Hagyományos japán birkózás.

SUTEMI WAZA 捨て身技	Egy technika befejezése a test megfeszítésével, feláldozásával. Végrehajtani a technikát nem törődve a következményekkel.
SUWARI	Ülés, ülő – térdelő ülés
SUWARI WAZA 座り技	Ülésben, illetve térdelésben végrehajtott technika.
SUWATTE 座って	Ülj le!

T

TABI 足袋	Japán zokni-papucs(!?), ahol a nagyujj elkülönül a többitől.
TACHI 立ち	Állás, testtartás vagy hosszú japán kard (írásjegy(ek)től függően)
TACHI DORI 太刀取り	A kard elvétele (!?)
TACHI WAZA 立ち技	Állásból végrehajtott technikák, mindkét fél áll
TAI	Test
TAI ATARI 体当たり	Test kontaktus, Összeütközve az ellenféllel megzavarva az ő egyensúlyát egy másik nyitott helyzetbe kényszerítjük.
TAI ATARI UCHI OTOSHI 体当り内落し	Aikido technika – pl. yokomen uchi esetén belépés és blokkolás – az uke hanyatt esik
TAI CHIKARA 体力	Külső erő (izom)
TAI NO HENKA	Testmozdítás, a testhelyzet megváltoztatása (tai = test, testtartás; henka = megváltoztatás).
TAI SABAKI 体さばき	A test mozgatása
TAI NO HENKO 体の変更	Megfordítani a test tartást, a pozíciót
TAI NO SHINTAI	Előre és hátra végzett mozgás
TAIKO	Tradicionalis japán dob
TAI SO	Test gyakorlat, testmozgás
TAIJUTSU 体術	Test-technika - fegyvertelen gyakorlás - harcművészet
TAKEMUSHU	A shinto irodalomban, mint Japán legyőzhetetlen harcművészete szerepel. A művészet tehát nagyszámú technikák sokasága az isteni akaratnak megfelelően.
TAKEMUSHU AIKI	Az AIKI kimeríthetetlen forrása. Az alapító szóhasználata az Aikido korlátlan teremtőerejére.
TAMA NO O	Az élet fonala
TANDEN 丹田	A has tájéka (hara). Kinai megfelelője Tantien.
TANIN GEIKO 他人稽古	Több támadó ellen való gyakorlás (taninzu gake)
TANINSU GAKE	Több támadó ellen való gyakorlás (tanin geiko)
TANKODU DOSA	Egyedül végezhető gyakorlatok
TANOMO たのも	Vastag ujj a hivatalos (ruha)felsőn
TANTO	Kés

TANTO DORI 短刀取り	Támadás késsel, kés elvétele
TAOSHI 倒し	Elbuktatni, felborítani
TATAMI 畳	Gyékényszőnyeg, a japán lakások nagy részének még ma is része. Tatami borítja az edzőterem padlóját is (külföldön sokszor matrac van helyette). Az igazi tatami egyébként sem nem különösebben vastag, sem nem különösebben puha.
TATE	Függőleges
TATE HIZA いあい膝	Lábikrán ülni, térdelni (iai hiza)
TATEKI 多敵	Összetett támadás, több támadó
TATEKI GEIKO 多敵稽古	Több támadó ellen való gyakorlás
TATEKI UCHI 多敵打ち	Több támadó ellen való harc
TATTE 立って	Emelkedés, emelés
TE	Kéz
TE NO HIRA 手の平	Tenyér
TE URA 手裏	A kéz belső fele
TE WAZA 手技	Kéz technika (fegyverrel szemben)
TEGATANA 手刀	Kéz-kard, kard-kéz
TEISHO ていしょう	A kéz sarka
TEISOKU	Belső talp él
TEKUBI 手首	Csukló (te-kéz, kubi-nyak)
TEKUBI KANSETSU JUNAN UNDO	Csukló rugalmasságát fejlesztő gyakorlatok
TEMESHIWARI	Töréstechnika
TEN	Az ég, menny(bolt).
TEN CHI	Ég és Föld. Általános kifejezés az Aikido-ban.
TEN CHI NAGE 天地投げ	Menny-föld dobás
TENKAN 転換	Forgás, (csukló (ige))
TENKAI ASHI	Fordulás - irányváltás
TENKAN ASHI	Fordulás lépéssel – irányváltás és lépés (elforduló mozgás)

TENSHIN	Mozdulat, ahol a nage kitér 45 fokkal a támadás irányából (főleg az uke nyitott oldala felé).
TENTO てんとう	Vitális pont a fej tetején (atemi)
TENUGUI 手拭い	Kis törölköző az arc törlésére. Ezt használják a Kendo-ban a sisak alá.
TETSUI くっつい	Ökölbe zárt kéz, kéz él felöli oldala (kalapács)
TO MA	Távolság az ellenfelek között. Messze. Szintén: ma ai.
TOBI	Ugrás
TORI	A technikát végrehajtó fél, akit támadnak (nage)
TORI FUNE	Evező gyakorlat (funakogi undo, furi tama)
TSUBA	Kézvédő a kard markolata és a penge között.
TSUGI ASHI	Követő lépés
TSUKA	A kard markolata
TSUKAMI 掴み	Megragadni (és kibillenteni)
TSUKI 突き	Egyenes ütés

U

UCHI 打ち	Belül, belső vagy vágás, csapás
UCHI DESHI 内弟子	A mesterrel együtt lakó tanítvány.
UCHI KAITEN NAGE	Aikido alaptechnika - belső forgató dobás
UCHIMA 打ち間	Vágó távolság. Szintén: ma ai.
UCHI MATA 内また	A dobás 'belseje', belső dobás
UCHITE 打ち手	Támadó
UCHI WAZA 打ち技	Ütés technika
UDE 腕	Kar (könyök)
UE 上	Fel, felső
UDE	Alkar
UDE KIME NAGE	Aikido alaptechnika – alkar, könyök feszítő dobás
UKE 受け	A technikát 'elszenvedő' fél, akin a technikát bemutatják, aki támad
UKE WAZA 受け	Blokkoló, védekező technika
UKI 浮き	Úszó, lebegő
UKEMI 受身	Gurulás, esés, a sérülést elkerülő technika.
URA 裏	Hátoldal, hátul
URAKEN 裏拳	Az ököl hátsó fele
USHIRO 後ろ	Hátsó, hátra irányuló
USHIRO ERI DORI 後ろ襟取り	Gallér fogás hátulról
USHIRO HAGA JIME	Két kezes átkarolás hátulról
USHIRO HANTEN UKEMI	Gurulás hátra és vissza előre
USHIRO KUBI SHIME 後ろ首占め	Átkarolás, fojtás hátulról
USHIRO RYO KATA DORI 後ろ両肩取り	Két váll fogása hátulról
USHIRO RYOTE DORI 後ろ両手取り	Két kéz fogása hátulról
USHIRO TEKUBI DORI 後ろ手首取り	Csukló fogás hátulról
USHIRO UDOROSHI 後ろうどろし	Lehúzás hátulról

USHIRO UKEMI

Gurulás hátrafelé.

USHIRO WAZA 後ろ技

Technikák hátulról jövő támadás ellen

UWA GI 上着

Gi felső

W

WAKARIMASU 分かります	Értem.
WAKATA	Értitek?
WAKI 脇	Oldal, hónalj. A test oldalsó kéz alatti része.
WAKI GAMAE 脇構え	Kardvívó alapállás: a kard lefelé és hátra mutat. A kard általában a jobb oldalon (migi waki gamae), bal láb előtt. Harc közben a kard elrejtésének eszköze – pl. ha törött a kard.
WAKIKAGE 脇影	Vitális pont a hónaljban (atemi)
WAKIZASHI	Japán rövid kard (a katana párja)
WAZA	Technika

Y

YAMA	Hegy
YAME やめ	Befejezés (vezényszó) – jame
YASUMA	Pihenj
YIN-YANG	Negatív és pozitív, víz és tűz, nő és férfi, aktív és passzív, az őselemek egymásra hatásának jelképe – az ellentétek ábrázolása. Kínai kifejezés! A taoista kozmológia alapvetése: A Taóból létrejön a világ, mint káosz, majd a káosz kettéoszlik yin-re és yang-ra (a nőies és a férfias princípiumokra). E kettő egybekapcsolódásai nyomán létrejön az öt elem: a fém, fa, víz, tűz és a föld. A yin és a yang, valamint az öt elem együtt adják a hetes számot, s ha hozzájuk számítjuk az eget és a földet is, akkor eljutunk a jelenségek világát szimbolizáló kilences számhoz. Az így keletkezett sokszínű világ azonban - lévén minden jelenség a Tao megjelenési formája - megint csak egységet alkot.
YO 陽	A természet pozitív törvénye
YO INBUKI 場息吹	Külső légzés (erő)
YOI 用意	Kész, készenlét
YOKO 横	Oldal, oldalsó
YOKO FURUMI 横振り身	Oldalirányú mozgás
YOKO UCHI 横打ち	Oldalsó vágás
YOKOMEN 横面	A fej oldala, oldalsó arcél.
YOKOMEN UCHI 横面打ち	Oldalsó, oldalirányú vágás a fejre.
YOMI	Olvasni az ellenfél gondolatában.
YON	Négy (shi)
YONKYO 四教	A negyedik tanítás - az AIKIDO negyedik (bázis)technikája: tekubi osae.
YUBI 指	Ujj
YUDANSHA 有段者	Van fokozata. Bármilyen fekete öves fokozatra érvényes.
YUKI	Bátorság
YUKURI ゆっくり	Lassú
YUMI 弓	Íj (íjászat)
YURU YAKA NI 緩やかに	Sima, egyenletes

Z

ZANSHIN 残心	Megmaradt lélek. Egy technika végrehajtása után is támadásra, annak fogadására kész állapotban kell maradnunk. A Zanshin a technika "tudatos figyelemmel való végigkísérését", valamint e figyelem megőrzését jelenti, hogy az esetleg további támadásokra is helyesen tudjunk reagálni.
ZAREI	Üdvözlés ülve
ZAZEN	Zen-meditáció. Zazen-nek általában a lótuszülésben meditálást hívják, de nincsen különösebb jelentősége az ülés típusának.
ZEKKEN せっけん	Hímzett folt a dojo és a gyakorló nevével
ZEN	Buddhista vallási irányzat. A kínai Chan-buddhizmus (Zen és Chan ugyanaz az írásjegy) Japánba bekerülve, némiképpen átalakulva, a mai napig fennmaradt. (Kínában lényegében eltűnt.)
ZENGAKU 前額	Homlok
ZENPO 前方	EI(ül)ső, mellső
ZENSHIN 全身	A test egésze
ZENTAI 全体	Teljes, összes
ZENWAN 全腕	Alkar
ZORI 草履	Szandál, saru, papucs. A japán épületekben a lakáson belül nem hordanak cipőt, hanem papucsot húznak; a szobákban pedig a papucsot is leveszik.