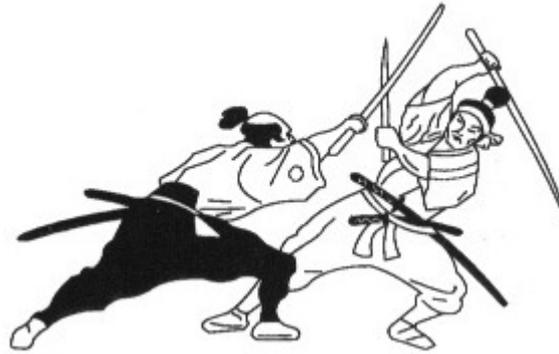


## GLOSARIO DE TERMINOS



La terminología del **Aikido** está en Japonés, como la de la mayoría de las artes marciales originadas en Japón y Okinawa. Al principio parece incomprensible para el principiante (chino avanzado dirían algunos), pero con el tiempo se aprende mucho de él. A continuación está un breve diccionario de términos en japonés aplicables a las artes marciales o el trato diario, con su respectiva traducción / explicación.

### A

**agatsu** victoria obtenida por uno mismo, uno de los fines del Aikido según O'sensei Ueshiba

**ago** mentón

**agostuki** golpe al mentón

**ai** armonía, unidad, mezcla, amor

**ai-hammi** posición básica de entrenamiento entre compañeros: ambos tienen el mismo pie adelantado (izquierdo o derecho), opuesto a *gyaku-hammi*

**aihammi katatedori** agarre de muñeca, derecha sobre derecha o izquierda sobre izquierda, también llamada *kosadori*

**aiki** mezclar / unir el *ki* de uno con el del compañero

**aikibatto** ejercicios de espada en Aikido, solo o en parejas

**aikibudo** *budo* basado en los principios de *aiki*, antiguo nombre del *Aikido*

**Aikido** la senda de la energía de la vida hacia la armonía / unidad

**Aikidoka** quien practica Aikido, específicamente en un nivel avanzado o profesional

**aiki nage** proyección aiki

**aiki otoshi** caída aiki

**Aikido toho** escuela de *Iaido* de Nishio *sensei*

**aiki-ho** Técnica para detener el ataque tomando ventaja sobre el adversario

**Aikijinja** el templo del *Aikido* en Iwama

**aikijo** ejercicios de *Aikido* con el *jo*

**aikijutsu** nombre del arte marcial Daito ryu, también llamada *aikijujutsu*

**Aikikai** Asociación Aiki, organización y "título" para el *Aikido* de Ueshiba

**aikiken** ejercicios de *Aikido* con espada

**aikinage** lanzar-*aiki*, técnica de proyección

**aiki-no-michi** otro nombre antiguo del *Aikido* (*michi=do*)

**aikiotoshi** *aiki*-caída, técnica de proyección

**aikitaisho** ejercicios de calentamiento en *Aikido*

**ai nuke** escape mutuo, confrontación en la que ambos contendientes resultan ilesos

**aisuru** amar

**aitai** quiero verte

**aite** compañero en el entrenamiento

**ai uchi** muerte mutua, resultado de un duelo en el que ambos contendientes resultan muertos.

**akai** rojo

**ake** abrir

**akiramenaide** no abandones (imperativo)

**akirameru** abandonar, renunciar

**anata** usted, tu

**anza** posición de sentado con las piernas cruzadas

**aoi** azul

**arigato** gracias

**arigato gozaimasu** gracias por algo que está sucediendo

**arigato gozaimashta** gracias por algo

**ashi** pierna, pie

**ashigatana** pie en espada

**ashi harai** barrido de piernas

**ashikubi** tobillo

**ashi sabaki** movimiento / juego de piernas  
**ashi waza** técnicas de pie, definición aplicada a las técnicas de proyección desde la posición erguida en las que se apoya al rival sobre el muslo o la pierna a fin de proyectarlo  
**ashiyubi** dedos del pie  
**asoe komi waza** técnicas de inmovilización  
**atama** cabeza  
**ate** golpe  
**atemi** golpe al cuerpo  
**atemi waza** técnica de golpeo para incapacitar a un asaltante, por medio de ataques con el puño, con el borde exterior de la mano, con la punta de los dedos de la mano, con el codo, con la rodilla, con la parte anterior de la planta del pie, con los dedos del pie, con los talones y con el frente o la parte posterior de la cabeza, muy poco aplicadas en la mayoría de las escuelas de Aikido Aikikai  
**atsu** presión  
**awase** armonización / movimiento de mezcla, moverse juntos  
**ayumiashi** alternar pasos, izquierdo y derecho, como al caminar normalmente

## B

**bakana** imposible  
**barai/harai** bloquear, desviar, bajar la guardia  
**batto** desenfundar la espada, también llamada *nuki*  
**bikiwaza** técnicas con armas, en aikido específicamente referidas al Jo y la espada  
**bo** vara, mas larga que el *jo*  
**bokken** espada de madera para entrenamiento  
**boku yo**  
**bokuto** lo mismo que el *bokken*  
**bu** guerra, batalla, pelea  
**budo** la senda de la guerra / batalla, las artes marciales Japonesas  
**budoka** aquel que practica el *budo*, específicamente en un nivel avanzado o profesional  
**bugei** arte de batalla, termino antiguo  
**bukiwaza** entrenamiento en armas  
**bunkai** estudio e las técnicas  
**bushi** guerrero  
**bushido** la senda del guerrero

## C

**chado / chanayu** ceremonia del té  
**chi** tierra  
**chibi** pequeño  
**chiburi** movimiento con la espada para limpiar la sangre de la hoja  
**chikara** fuerza / fortaleza  
**choku/chokusen** directo  
**chokusen no irimi** entrada directa  
**chokutsuki** golpe directo con el *jo*  
**chotto mate kudasai** un momento por favor  
**choyaku** desplazarse  
**chudan** medio, opuesto a *jodan* y *gedan*  
**chudan kamae** posición de guardia con el arma a la altura del vientre  
**chudan tsuki** golpe a media altura (vientre / plexo solar)  
**chukyusha** estudiante regular, con un nivel medio de *kyu*. También *jokyusha*.  
**chushin** centro, específicamente el centro de movimiento o punto de equilibrio de uno mismo  
**chusoku** base de los dedos del pie

## D

**da** ser, estar  
**dachi** postura  
**dai** grande, también o  
**daisho** par de espadas japonesas, la larga y la corta  
**Daito ryu** escuela de *aikijutsu*  
**dakishimeru** abrazar  
**dakishimete** abrazame  
**dame** equivocado, mal  
**dan** nivel, grado de cinturón negro en *budo*

**dare** quien?  
**dao/tao** trascripción de la palabra china para senda, *do*  
**de-ai** el momento del encuentro entre *uke* y *tori*  
**deshi** estudiante  
**do** senda, también *michi*  
**dogi** ropa de entrenamiento, también *keikogi* o *gi*  
**do-in** tradición del auto masaje japonés  
**do itashimashte** eres bienvenido  
**dojo** sala de entrenamiento, gimnasio de artes marciales  
**dojo cho** jefe de la sala de entrenamiento  
**doka** poema sobre la senda  
**doko** donde?  
**domo** mucho  
**domo arigato gozaimasu** muchas gracias, por algo que está sucediendo  
**domo arigato gozaimashta** muchas gracias, por algo completado  
**dori** tomar, agarrar, sujetar, quitar  
**dosa** movimiento  
**doshu** líder de la senda, jefe de un *budo*. En Aikido, el actual *doshu* es Moriteru Ueshiba  
*sensei*  
**doyobi** sabado  
**dozo** por favor / sin falta

## E

**egao** sonrisa  
**embukai** demostración publica, técnicas de exhibición  
**empi** golpe con el codo  
**engi** origen interdependiente, principio budista por el cual un fenómeno existe únicamente en virtud a sus condiciones causales y materiales  
**eri** cuello, collar, solapa del gi a la altura del corazón  
**eridori** agarre por el cuello o la solapa

## F

**fudo shin** mente inmóvil, estado mental de ecuanimidad e imperturbabilidad  
**Fugakukai** Escuela de Aikido de Carl Geis *sensei*, variación del *Tomiki Ryu*  
**fukushido-in** instructor asistente, título en *Aikido* para un instructor, 2º-3er *Dan*, opuesto a *shido-in* y *shihan*  
**funakogi undo**, ejercicio de remado, también llamado *torifune*  
**furi** movimiento de vibración, agitación, sacudida  
**furi kaburi** Movimiento como de elevación de una espada, usado especialmente en aikido en las técnicas de *ikkyo*, *iriminage* y *shihonage*  
**furitama** ejercicio para retener el *ki*  
**furitsuku** estocada, tajo violento (usualmente con cuchillo)  
**fushigi** maravilloso, milagroso, extraño, misterioso, curioso  
**futaridori/futarigake** dos atacantes  
**futo-mom** muslo

## G

**gaeshi/kaeshi** regresando, reverso  
**gamae/kamae** guardia, posición básica  
**gammen** cara  
**gan** sensación  
**garami** entrelazado  
**gasshuku** campo de entrenamiento, alojamiento comunal  
**gatame** sujetar o bloquear  
**gedan** bajo, opuesto a *jodan* y *chudan*  
**gedanbarai** bloqueo bajo  
**gedan kamae** posición baja  
**gedantsuki** golpe a baja altura  
**geiko/keiko** entrenamiento  
**geri** patada  
**getsuyobi** lunes  
**gi** ropa, nombre dado a la ropa de entrenamiento para artes marciales japonesas

**giri/kiri** corte  
**go** cinco  
**go** dureza  
**Goju Ryu** estilo de karate de Chojun Miyagi, inspirado en el kingai (estilo de Kunf-Fu) de Fukien en China  
**gokyo** quinta enseñanza, técnica de sujeción por luxación de codo, por extensión del brazo *ude nobashi*, por luxación del codo bajo la axila *ude hishigi*  
**gomen dasai** discúlpeme  
**gomen kudasai** por favor, me autoriza  
**Gorin no sho** Libro de los 5 Anillos, por Miyamoto Musashi  
**Goshinjutsu** arte de defensa personal  
**gotai** cuerpo rígido, entrenamiento estático, opuesto a *jutai*, *ryutai* y *kinagare*  
**guruma** rueda  
**gyaku** inverso, opuesto  
**gyaku-hammi** posición básica de entrenamiento entre compañeros: ambos tienen el pie opuesto adelantado, opuesto a *ai-hammi*  
**gyakutsuki** golpe con la mano y pie opuestos adelantados, opuesto a *oitsuki*

## H

**hachi** ocho  
**Hagakure** Escondiendo las Hojas, libro clásico de samurai del siglo 18  
**hai** si  
**hai dozo** adelante, comenzar  
**hairei** saludo formal  
**haishin** relajarse  
**haishin undo** ejercicios de relajación de la columna después de la práctica  
**haisho** dorso de la mano  
**haisoku** empuje del pie  
**haito** golpe con el canto interno de la mano  
**hajime** comenzar  
**hajime mashta** encantado  
**hakama** pantalones anchos tradicionales parte de la indumentaria samurai, también usados en *Aikido*, *Kyudo*, *Jodo* y *Kendo*  
**hammi** medio cuerpo  
**hammi gamae** posición de guardia en ángulo  
**hammi handachiwaza** sentado contra parado  
**hanshi** título en *kendo*, desde 8° *dan*  
**han** clan  
**han** medio, mitad  
**hana** nariz  
**handachi** semi-erguido  
**hantai** opuesto  
**hanza** Rodilla izquierda en tierra y derecha levantada  
**happo** ocho direcciones, opuesto a *shiho* en Aikido se aplica a algo que se realiza en todas direcciones  
**happo giri** corte con la espada en 8 direcciones  
**happo undo** ejercicio en 8 direcciones/en todas las direcciones  
**hara** estomago  
**harai/barai** barrer, desviar  
**harakiri** corte del abdomen, suicidio ritual, también llamado *seppuku*  
**hasso** Postura alerta con espada  
**hassogaeshi** técnica con el *jo*  
**hasso gamae/hasso kamae** posición en 8 (en referencia al kanji 8 que se parece al techo de una casa), guardia con el arma al nivel de los hombros  
**hazumi** ejecutar un movimiento con el cuerpo, con habilidad y destreza **heijoshin** Alcanzar la paz mental, ecuanimidad cognitiva  
**heisokutachi** Postura de pies bloqueados  
**henkawaza** variaciones de las técnicas básicas, también cambiar de una técnica a otra  
**Heru Dojo** Hell *Dojo* o *Dojo* Infernal, sobrenombre dado al Kobukan Dojo y luego al Iwama Dojo por los *uchideshi* de *O'sensei*, debido a la dureza de los entrenamientos  
**hibi shoshon** Espíritu del principiante renovado día a día  
**hidari** izquierda (derecha: *migi*)  
**hiji** codo

**hijiate** ataque al codo  
**hijidori** agarre por el codo  
**hijikimeosae** técnica de sujeción del codo, a veces llamada *rokkyo*  
**hiji-otoshi** proyección con ayuda del codo  
**hiji-shime** luxación del codo  
**hijutsu** técnica secreta  
**hiki-ashi** retroceder el pie que está detrás  
**hiki** tirón  
**hikimi** Retiro del cuerpo hacia atrás retrocediendo un paso o medio paso. Movimiento de espejo  
**hineri** torcer  
**hinerite** torcedura de mano  
**hineri-yoko-empi** Torcimiento de codo lateral o hacia atrás  
**hiragana** escritura fonética japonesa, opuesto a *katakana*  
**hiraken** golpe de puño plano  
**hito e mi** hacer pequeño el cuerpo, posición de guardia en mayor ángulo que en *hammi*  
**hito sashiyubi** dedo índice  
**hitori bocchi** soledad  
**hitori de** solo  
**hiza** rodilla  
**hizo** bazo  
**ho** método  
**ho** dirección, lado  
**ho** mejilla  
**hojutsu** Es el arte de las formulaciones sonoras como base o medio para acceder a un estado de conciencia  
**hombu** cuarteles principales  
**Hombu dojo** *dojo* principal de una organización, en Aikido se usa para referirse al *dojo* principal en Tokyo  
**hon** principal, regular, fundamental  
**hyako-niju-happo** 128 direcciones  
**hyaku** cien

## I

**iaido** el arte de desenvainar el sable japonés  
**iaito** espada de entrenamiento, usualmente sin filo  
**ichi** uno  
**ichiban** primero, el mejor  
**iie** no  
**ikaga** como?  
**iki** fuerza de voluntad  
**ikkajo** antiguo termino para *ikkyo*  
**ikki** el *ki* de uno, hasta el fondo, brindis  
**ikkyo** primera enseñanza, técnica de sujeción, inmovilización del brazo por luxación, también *ude osae*  
**ikkyo undo** ejercicio del movimiento básico *ikkyo*  
**in** Japonés para el concepto Chino del *yin*, opuesto a *yo*  
**ion** cuatro  
**ioshi** prepararse  
**ippon** un punto  
**ipponken** golpe con un nudillo  
**ipponnukite** golpe de mano como lanza, usando un dedo  
**irashimas** bienvenido  
**iri** entrar  
**irimi** hacia el cuerpo, hacia adentro  
**iriminage** proyección hacia adentro, técnica de proyección  
**itsu** cuando?  
**Iwama** ciudad Japonesa, donde *O'sensei* tenía un *dojo* y una casa  
**Iwama Ryu** escuela de *Aikido* de Hitohiro Saito *sensei* , también llamado Takemussu Aikido, está basada en el Aikido enseñado por *O'sensei* Ueshiba y luego por Morihiro Saito *sensei* en el *dojo* de Iwama

## J

**jime** estrangulamiento  
**jinja** santuario shinto  
**Juyushinkai Aikibudo** escuela de Aikido de Chuck Clark *sensei*, variación del *Fugakukai*  
**jiyu waza** entrenamiento libre  
**jo** vara de madera de 127.5 centímetros aproximadamente  
**jodan** alto, opuesto a *chudan* y *gedan*  
**jodan kamae** guardia con el arma sobre la cabeza  
**jodan tsuki** golpe del pecho hacia arriba  
**jodanuke** bloqueo alto  
**jodo** la senda de la vara  
**jodori** defensa contra el *jo*  
**jokyusha** estudiante avanzado, con un grado alto de *kyu*, opuesto a *chukyusha*  
**joseki** lado izquierdo al *kamiza*  
**jo waza** ejercicios con el *jo*  
**ju** diez  
**ju** suave  
**judo** la senda suave, o la senda a la suavidad. Arte marcial moderna desarrollada por Jigoro Kano *sensei* a partir del *jujutsu*. También llamada Kodokan Judo por el *dojo* en el que se enseñó por primera vez.  
**juji** cruzar  
**jujigarami/jujinage** proyección cruzada  
**jujutsu** el arte suave, antiguo arte marcial japonés de combate cuerpo a cuerpo, también llamada *jujitsu*  
**jumbitaiso** ejercicios de calentamiento, también llamados *aikitaiso*  
**juntsuki** golpe con el mismo pie y mano adelantados, también llamado *oitsuki*, opuesto a *gyakutsuki*  
**juropo** 16 direcciones  
**jutai** cuerpo suave, entrenamiento suave, opuesto a *gotai*, *ryutai* y *kinagare*  
**jutsu** técnica / arte

## K

**kachihayabi** victoria a la velocidad de la luz del sol, victoria instantánea, estado que se alcanza una vez logrado la maestría individual (*agatsu*) y la armonía con los principios fundamentales que rigen el universo.  
**kaeshi/gaeshi** devolviendo, reverso  
**kaeshitsuki** golpe reverso con el *jo*  
**kaeshiwaza** contra técnicas  
**kagami biraki** celebración japonesa del año nuevo, enero 11  
**kahanshin** parte baja del cuerpo  
**kai** club, asociación  
**kaiso** fundador  
**kaiten** rodar, girar  
**kaitennage** proyección en rotación, técnica de proyección  
**kaitenosae** técnica de sujeción en rotación  
**kakaedori** abrazo  
**kakarigeiko** atacantes en línea, uno tras otro  
**kakato** talón  
**kake** ejecución de la técnica  
**kakudo** ángulo  
**kamae/gamae** posición de guardia  
**kami** divinidad  
**kamiza** lugar honorario en un *dojo*, opuesto a *shomen* y *shinzen*  
**kampai** salud, brindis  
**kan** intuición  
**kancho** jefe de sala / gimnasio, persona a cargo de una sala de entrenamiento o *dojo*  
**kangarikeiko** Ejercicio de un Tori ante varios Ukes  
**kangeiko** entrenamiento a mediados del invierno  
**kanji** ideogramas, la escritura China  
**kannagara** Vía de intuición que no comporta ni leyes ni doctrinas del bien o el mal. Se rige por las leyes que gobiernan los fenómenos naturales.  
**kanren** enlazado, conectado  
**kanrenwaza** técnicas enlazadas, una técnica seguida de otra, opuesto a *renzokuwaza*  
**kansetsu** articulación (en el cuerpo)

**kansetsu waza** técnicas sobre las articulaciones, técnicas de luxación  
**kao** cara  
**karami** enredo  
**karate-do** la senda de la mano vacía, o la senda por la mano hacia el vacío, arte marcial desarrollada por Guichin Funakoshi *sensei* a partir de las formas Okinawenses de Karate, también llamado karate *shotokan*  
**karui** liviano  
**Kashima shintoryu** escuela tradicional de espada  
**kasso deri** Evasión ante toma dorsal  
**kasso komi** Evasión frente a frente  
**kata** forma, movimientos pre-definidos  
**kata** hombro  
**katadori** agarre frontal por el hombro  
**katadori menuchi** agarre del hombro seguido de *shomenuchi*  
**katakana** escritura fonética Japonesa para palabras extranjeras, opuesto a *hiragana*  
**katame waza** técnicas de sujeción  
**katana** la espada larga japonesa, también *ken*, *to* y *tachi*  
**katate** técnica de una mano  
**katatedori** agarre de muñeca desde el mismo lado  
**katate ryotedori** agarre con dos manos, también llamado *morotedori*  
**Katsu jin ken** La espada que salva vidas. Principios éticos del espadachín japonés que incluyen el desarrollo de técnicas para usar las partes no cortantes e una espada para golpear y controlar al adversario  
**Katori shintoryu** escuela tradicional de espada  
**kawaii** linda  
**kayobi** martes  
**keiko/geiko** entrenamiento  
**keiko** mano en forma de "pico de gallo"  
**keikogi** ropa de entrenamiento, también *dogi*  
**kempo** nombre dado en Okinawa y Japón a las artes marciales chinas del templo Shaolin (chaun-Fa o Kung-Fu)  
**kempo karate** arte marcial desarrollado por la familia Mitose, basada en el jujutsu y el kempo  
**ken** espada, también *katana*, *to* y *tachi*  
**kendo** la vía del arte de la espada, esgrima japonesa  
**kensho** iluminación, ver también *mokuso* y *satori*  
**ken tai Jo** La práctica entre compañeros que envuelve la espada contra el bastón  
**kentos** nudillos  
**ki** espíritu, energía vital  
**kiai** *ki* reunido, usualmente usado para gritar en *budo*  
**kiatsu** aplicar el *Ki*  
**ki-Aikido** estilo de *Aikido* de Kenneth Williams *sensei*, variación del *Shin Shin Toitsu*  
**kibatachi** postura del caballo  
**kihon** técnicas básicas  
**kihonwaza** entrenamiento básico  
**kikai tanden** el océano de *ki* en el centro del cuerpo  
**kime** enfocarse, concentración  
**kimi** tu  
**kimusubi** atar el *ki* de uno al del compañero  
**kimi wo aishiteru** te amo  
**kin** ingle  
**kinagare/ki no nagare** el *ki* que fluye, entrenamiento fluido, opuesto a *gotai*, *jutai* y *ryutai*  
**kingeri** patada a la entrepierna  
**Ki no Kenkyukai** escuela de *Aikido* de Tohei *sensei*, llamada también *Shin Shin Toitsu*  
**kinteki** ingle, testículos  
**kinyobi** viernes  
**kio tsuke** atención  
**kiri/giri** corte  
**kirikaeshi** corte giratorio, ejercicio de espada  
**kiritsu** levantarse  
**kisaki** punta de la katana  
**kissai** punta de la katana o sable japonés  
**ki wo neru** entrenamiento del *ki*  
**ki wo dasu** enviar el *ki* para el exterior

**ki wo kiru** cortar el *ki*  
**kizami geri** patada con pierna adelantada en posición *zenkutsu dachi*  
**ko** pequeño  
**koan** acertijo en *zen*  
**Kobayashi Ryu** estilo de *Shorin Ryu* desarrollado por Chosin Chibana, primer estilo en denominarse *Shorin Ryu*  
**kobudo** antiguo *budo*  
**kobushi** puño  
**Kodokan** el *dojo* de Jigoro Kano *sensei*, donde se desarrollaron los principios y métodos del *judo*  
**kogeki** ataque  
**kogekiho** técnicas de ataque  
**kohai** alguien inferior a uno, opuesto a *sempai*  
**koho** hacia atrás  
**Kojiki** libro religioso Japonés del siglo 8  
**Kokikai** Escuela de Aikido de Shuji Maruyama *sensei*, variante del *Shin Shin Toitsu*  
**kokoro** corazón, voluntad, mente, también pronunciado *shin*  
**kokyū** respiración  
**kokyū doza** Uno de los tres ejercicios practicados al comienzo de cada clase de Aikido. Usualmente requiere sentarse de rodillas con el compañero, mientras que este agarra fuertemente nuestras muñecas, y se le hace perder el balance con el poder y la aplicación técnica del *kokyū*  
**kokyūho** ejercicio de respiración, técnica de proyección. Uno de los tres ejercicios practicados al comienzo de cada clase de Aikido. Este envuelve movimientos a través de la fuerza del agarre del compañero. (casi alrededor como en *tai no henko*)  
**kokyūnage** expiración  
**kokyū ryoku** poder de la respiración  
**komi waza** técnicas de inmovilización  
**konichiwa** buenos días, hola  
**kosa** cruzar, pasar en diagonal  
**kosadori** agarre cruzado, igual que *aihammi katatedori*  
**koshi** cadera  
**koshinage** proyección de cadera, técnica en la que la cadera se usa como punto de apoyo para la proyección  
**koshi waza** técnicas de cadera, usualmente usadas para desequilibrar o proyectar al adversario  
**kotai** cambio de *hammi*  
**kote** muñeca, antebrazo  
**kotegaeshi** muñeca invertida, técnica de proyección  
**kotehineri** muñeca retorcida, *sankyo*  
**kotemawashi** muñeca volteada, *nikyo*  
**kotodama/kototama** espíritu de la palabra, cosmología y mística japonesa, entrenamiento usado para lograr la armonía mediante la entonación de diferentes sonidos/palabras  
**ku** nueve  
**ku** vacío  
**kubi** cuello  
**kubishime** estrangulamiento por el cuello  
**kuchi** boca  
**kuden** tradición oral /enseñanza  
**kumi** grupo, conjunto  
**kumi** cruzar armas, enfrentamiento  
**kumijo** ejercicios con el *jo* en parejas  
**kumitachi** ejercicios en parejas con espadas  
**kumite** combate a mano limpia, enfrentamiento sin armas  
**kumiuchi** antigua lucha japonesa en armadura completa  
**kuzushi** romper el equilibrio, desbalancear  
**kyo** principio, aprendizaje  
**Kyokushinkai** Estilo de karate creado por Masutatsu Oyama, con bases de karate Shotokan, kempo coreano y judo  
**kyoshi** título en *kendo*, 6-7 *dan*  
**kyū** grado antes del cinturón negro, opuesto a *dan*  
**kyūdo** la senda del arco y la flecha, arte del tiro con arco japonés  
**kyūsho** puntos vitales del adversario

## M

**ma** distancia

**ma-ai** armonía, distancia de combate balanceada entre compañeros de entrenamiento

**mae** frente, adelante, opuesto a *ushiro*

**mae geri** patada directa

**mae mawari ukemi** evitar la caída rodando hacia adelante

**mae ukemi** caída hacia adelante

**maki** marcar jhammi

**makiwara** blanco para practica de golpeo en *karate-do*

**maru** círculo

**masakatsu** victoria verdadera, ver también *agatsu* y *kachihayabi*

**ma sutemi waza** técnicas de sacrificio en la posición supina, se adopta una posición con apoyo de la espalda sobre el *tatami* (ver *sutemi waza*)

**Matsubayashi Ryu** estilo de *Shorin Ryu* fundado por Shosin Nagamine hacia 1974

**matte** detenerse de inmediato

**mawari** Rodar continuado. En circulación, en continuidad

**mawashi** girar, dar vuelta

**mawashigeri** patada circular

**mawate** girar

**me** ojo

**men** cabeza

**mi** cuerpo

**michi** senda, también *do*

**michibiki** Un aspecto del movimiento del Aikido que involucra guiar en vez de empujar o jalar al adversario o compañero

**migi** derecha (izquierda: *hidari*)

**mimi** oreja

**mimoto** uno mismo

**misho ochi** plexo solar

**misogi** purificación, limpieza

**mochi** sujeción / agarre, también llamado *dori*

**mochikata** ataques de agarre

**mo ikkai** hacer de nuevo

**mokuso** meditación, también llamado *zazen*

**mokuyobi** jueves

**moro** ambos

**morotedori** agarre con ambas manos, también llamado *katate ryotedori*

**Motobu Ryu** antiguo estilo de karate de la familia regente de Okinawa también llamado Go-ten-te

**mu** nada, vacío

**mukyusha** Individuo que comienza a aprender la estructura física de la disciplina y comienza la práctica del ukemi. También se aplica al simpatizante sin rango que ayuda al Sensei del Zendo Kan Dojo a fomentar las enseñanzas del Aikido

**mune** pecho

**mudansha** practicante sin grado de Dan, opuesto a *yudansha*

**mune** pecho

**munedori** agarre de collar por el pecho

**mushin** mente en blanco

**musubi** atar juntos

## N

**nagare** flujo, fluir

**nage** proyección, también usado para referirse a quien realiza estas técnicas en *Aikido*, opuesto a *tori*

**nage waza** técnicas de proyección

**naginata** alabarda Japonesa

**Naha-te** Escuela de Karate tradicional de Okinawa fundada por Kanryo Higaonna

**naka** Tori mirando hacia adentro. Adentro. Interior. Dentro

**nakaima** aquí y ahora

**nakanaide** no llores

**nakayubi** dedo medio

**namida** lágrima

**nana** siete, también pronunciado *shichi*  
**nani** que?  
**naze** por que?  
**nen** la pureza y unidad de la mente  
**ne waza** técnicas que se aplican sobre el *tatami*  
**ni** dos  
**nichiyobi** domingo  
**Nihon/Nippon** Japón  
**Nihongi** libro religioso japonés del siglo 8  
**nihon ken** golpe con puño con 2 nudillos  
**nihon nukite** golpe con puño en forma de lanza, golpe con las puntas de 2 dedos  
**nikajo** antiguo nombre de *nikyo*  
**nikyo** segunda enseñanza, técnica de sujeción, torción de la mano hacia el interior, también *kote mawashi*  
**nin** persona  
**ninindori** dos atacantes, también llamado *futaridori*  
**ninja** mensajero y espía en el antiguo Japón  
**nippo** 2 direcciones  
**Nippon/Nihon** Japón  
**Nippon Kan** Escuela de Aikido de Gaku Homma *sensei*, uno de los últimos *uchideshi* de *O'sensei* Ueshiba en Iwama, con fuertes lazos hacia el *Iwama Ryu*  
**Nito ichi ryu/Niten ichi ryu** Escuela de Dos Espadas / Dos Cielos, escuela de espada de Musashi  
**nobashi** Estirado. Estiramiento  
**nodo** garganta  
**noto** regresar la espada a su funda  
**nuki** desenvainar la espada, también llamada *batto*, quitar  
**nukite** golpe con las puntas de los dedos con la mano abierta  
**nunchaku** arma okinawense basada en una herramienta agrícola, consta de 2 varas cortas unidas por una cadena

## O

**o** grande, también *dai*  
**obi** cinturón  
**ocha** te  
**oitsuki** golpe con el mismo brazo y pie adelantados, también llamado *jontsuki*  
**omodeto gozaimashta** muchas felicidades  
**omoi** pesado  
**omote** frente, superficie. Cuando la defensa de *tori* se realiza entrando en el ataque de *uke*, opuesto a *ura*.  
**Omoto-kyo** sociedad shintoísta, también llamada la "nueva religión"  
**onagai shimasu** por favor, solicitar algo  
**oroshi** Hacia abajo (inclinado). Bajar  
**osae** presionar hacia abajo, sujeción  
**osae waza** técnicas de sujeción / inmovilización  
**O'sensei** gran maestro, en *Aikido* Morihei Ueshiba *sensei*  
**oshi** empujón, empujar  
**osoi** lento, despacio  
**otagai** Mutuo . Recíproco  
**otagai ni rei** inclinarse unos ante los otros  
**otoshi** caer  
**owari** fin, final  
**oyazuminasai** buenas noches  
**oyowaza** técnicas aplicadas, modificadas para eficiencia

## P

**po** lugar

## R

**randori** sujeción desordenada, entrenamiento libre  
**rei** venia, inclinar la cabeza  
**reigi** etiqueta, comportamiento adecuado, también llamada *reishiki*

**reishiki** etiqueta  
**renshi** título en *kendo*, 4-6 *dan*  
**renshu** entrenamiento  
**renzoku** continuo  
**renzoku uchikomi** ejercicio con el *jo*  
**renzokuwaza** técnicas consecutivas, una serie de técnicas  
**ritsurei** venia en posición erguida  
**rokkutsu** costillas  
**rokkyo** sexta enseñanza, técnica de sujeción, ver *hijikime osae*  
**roku** seis  
**roku-ju-yonpo** 64 direcciones  
**ryo** ambos  
**ryohiji** ambos codos  
**ryokatadori** sujeción de ambos hombros desde el frente  
**ryotedori** sujetar ambas muñecas  
**ryu** escuela, estilo  
**ryutai** cuerpo fluyente, entrenamiento fluido, opuesto a *gotai*, *jutai* y *kinagare*

## S

**sabaki** acción, manejo, desplazamiento  
**sadame** destino inevitable  
**sake** vino de arroz  
**sakotsu** clavícula  
**samurai** el que sirve, clase guerrera japonesa  
**san** tres  
**sankajo** antiguo término para *sankyō*  
**sankaku** triangulo  
**sankakutai** forma triangular, posición de los pies en *hammi*  
**sankyō** tercera enseñanza, técnica de sujeción, torción de la mano, luxación de muñeca y codo, también *kote hineri*.  
**sannindori/sanningake** tres atacantes  
**sangakari** entrenamiento con 3 oponentes  
**sanpo** tres direcciones  
**sasou** Guiar hacia fuera al compañero  
**satori** iluminación en *zen*  
**saya** funda de espada  
**sayonara** adios  
**sayu** a un lado y al otro  
**sei** correcto  
**Seidokan** Escuela de Aikido de Rodderik Kobayashi *sensei*, variación del *Shin Snin Toitsu*  
**seika no itten** el punto uno, el centro del cuerpo, también llamado *tanden*  
**seiken** parte interior del puño  
**seiki** energía vital  
**seito** alumno, aprendiz  
**seiza** posición correcta de sentado, sentarse sobre las rodillas  
**sempai** alguien superior a uno, opuesto a *kohai*  
**senaka** espalda  
**sen no sen** antes del ataque, contraataque antes del golpe  
**sensen no sen** antes-antes del ataque, llevar la iniciativa  
**sensei** maestro  
**seppuku** suicidio ritual con espada, también llamado *harakiri*  
**Setsu nin to** la espada que mata, uso positivo de la espada para destruir el mal  
**setsuzoku** conexión, en Aikido es el vínculo entre el *hara* y los límites externos del movimiento, manteniendo la fluidez y continuidad del movimiento o técnica  
**sha** persona  
**shi** cuatro, también pronunciado *yon*  
**shi** dedo  
**shiai** competencia  
**shiatsu** masaje con los dedos  
**shiwaze** felicidad  
**shichi** siete, también pronunciado *nana*  
**shido** Observación. Arbitraje  
**shidojin** instructor, título medio para un maestro de *Aikido*, 4-5 *dan*, opuesto a *fukushidojin* y

*shihan*

**shihan** ejemplo experto, título alto para un maestro de *Aikido*, desde el 6º *dan*, opuesto a *fukushidoin* y *shidoin*

**shiho** cuatro direcciones

**shihonage** proyección en cuatro direcciones, técnica de proyección

**shikaku** cuadrado

**shikaku** ángulo muerto, punto ciego, posición en la que el oponente no puede continuar su ataque

**shiki** coraje

**shikko** caminar de rodillas

**shime** estrangulación

**shime waza** técnicas de estrangulación

**shimoseki** lado derecho al *kamiza*

**shimoza** lado opuesto al *kamiza*

**shin** corazón, voluntad, mente, también pronunciado *kokoro*

**shinai** espada de bambú para *kendo*

**Shin Budokai** Escuela de Aikido de Shizuo Imaizumi *sensei*, variante del *Sin Shin Toitsu*

**shinbun** periódico

**Shindo Muso-ryu** escuela de *jodo* (la senda de la vara)

**Shinei Taido** Escuela de artes marciales de Noriaki Inoue *sensei*, sobrino de *O'sensei* Ueshiba, y que es muy similar al Aikido que se enseñaba en el primer *dojo* de *O'sensei* Ueshiba

**shinken** auténtica espada japonesa afilada

**shinkenshobu** duelo con espadas vivas, filosofía que en Aikido implica pensar que toda práctica o entrenamiento equivale a una confrontación en la que se pone en riesgo la vida

**shinnyo** termino comunmente usado en la filosofía budista (especialmente en el budismo zen) para denotar el caracter de las cosas a medida que se las experimenta sin filtrarlas a través de un marco conceptual

**Shin Shin Toitsu** escuela de *Aikido* de Tohei *sensei*, también llamado *Ki no kenkyukai* o *Ki-Aikido*

**shinto** la senda de los dioses, religión Japonesa

**shinza** el lugar del altar en el *dojo*

**shinzen** asiento de los dioses, en un *dojo* usualmente una posición en la pared más alejada de la entrada, opuesto a *kamiza* y *shomen*

**shinzo** corazón

**shisei** postura

**shitate** inferior

**shite** el que dirige, defensor en *Aikido*, también llamado *tori* o *nage*

**Shito Ryu** Estilo de karate Okinawense fundado por Kenwa Mabuni, con bases en el Shuri-Te y el Naha-Te

**shizen** naturaleza, natural

**shizentai** postura natural del cuerpo

**sho** primero, comienzo

**Shobayashi Ryu** estilo de *Shorin Ryu* fundado por Yasutsune Itosu

**shobu aiki** la sabiduría a través de la practica del *Aiki*

**shodan** primer grado de *dan*

**shodo** caligrafía

**Shodokan** escuela de *Aikido* de Tomiki *sensei*

**shomen** frente de la cabeza

**shomen** lugar principal del *dojo*, opuesto a *shinzen* y *kamiza*

**shomen ni rei** inclinarse hacia el lugar principal del *dojo*

**shomenuchi** corte o golpe frontal de arriba a bajo

**Shorin Ryu** arte marcial okinawense desarrollada por Tode Sakugawa a partir del *Kempo* chino del tenpo Shaolín o Shorin, como es llamado en japonés

**shoshin** mente principiante, mente sin peconceptos o ideas fijas

**shoshinsha** principiante

**shosho** certificado de cargo

**shotei** base de la palma de la mano

**shoto** pequeño

**Shotokai** La asociación Shoto. Nombre dado a la organización que busca preservar el estilo de karate original de Funakoshi *sensei*, usado también para nombrar el estilo practicado por esta asociación

**Shotokan** La casa de Shoto. Nombre que se le dió al primer *dojo* de Guinchin Funakoshi, usado ahora para designar un estilo de karate

**Shugenkai** escuela de Aikido de Kevin Jones *sensei*, variación del *ki-Aikido*  
**shugyo** disciplina, búsqueda de la excelencia personal y técnica  
**Shuri-te** Escuela de Karate tradicional de Okinawa, con centro en la ciudad de Shuri. También *Shorin Ryu*  
**shuto** golpe con el canto externo de la mano  
**sinteno-rei** saludo al kamiza del *dojo*  
**sode** manga  
**sodedori** agarre por la manga  
**sodeguchidori** agarre del puño de la manga  
**soke** cabeza de familia  
**sokei** testículos  
**sokuto** borde externo del pie  
**someini rei** saludar a la concurrencia  
**so-tai-dosa** ejercicio en parejas  
**soto** afuera, extremo, opuesto a *uchi*  
**shotodeshi** estudiante que vive fuera del *dojo*, opuesto a *uchideshi*  
**sotokaiten** rotación externa, opuesto a *uchikaiten*  
**sotouke** bloqueo desde afuera, opuesto a *uchiuke*  
**suburi** ejercicio básico repetitivo con espada o vara  
**suburito** espada de práctica  
**suiyobi** miercoles  
**sukashi waza** entrenamiento en el que no se permite al oponente completar el agarre o ataque  
**suki** apertura, vacío mental, por el que uno es vulnerable a un ataque  
**sumi** esquina  
**sumikiri** agudeza del cuerpo y la mente  
**sumimasen** discúlpeme  
**sumo** lucha tradicional Japonesa  
**sune** canilla, espinilla  
**suri** frotar, rascar  
**sutemi** Literalmente "arrojar lejos el cuerpo". La actitud de abandonarse uno mismo en la ejecución de una técnica (en judo, una clase de técnicas en las que se sacrifica el balanceo posición propios para lanzar al compañero / oponente)  
**sutemi waza** técnicas en las que se sacrifica el propio equilibrio a fin de desequilibrar o lanzar al oponente  
**suteru** Arrojar. Botar. Tirar  
**suwari waza** entrenamiento de sentado, también llamado *suwate*  
**suwate** entrenamiento de sentado, también llamado *suwari waza*  
**Suware** sentarse

## T

**tachi** espada, también *to*, *ken* y *katana*  
**tachi** pararse, mantenerse de pie  
**tachidori** defensa contra espada  
**tachi rei** saludo de parado  
**tachiwaza** entrenamiento de parado, entrenamiento con espada  
**tai** cuerpo  
**taijutsu** técnicas de cuerpo, técnicas sin armas  
**taikyoku no itten** Punto uno del Universo Humano. Hara  
**tai no henko** giro del cuerpo en 180°, también llamado *tai no tenkan*  
**tai no sen** cuerpo en ataque, reacción o respuesta al mismo tiempo que el adversario inicia su ataque, encontrándose ambos a mitad de camino  
**tai no tenkan** giro del cuerpo, también llamado *tai no henko*  
**tai sabaki** movimiento del cuerpo, movimiento evasivo en *Aikido*  
**taiso** ejercicios  
**takemusu** Arte Marcial improvisado. La técnica marcial que emerge espontáneamente después de años y años de entrenamiento repetitivo.  
**takemusu aiki** una frase del fundador que significa "el arte marcial infinitamente improvisada del aiki", es decir, un sinónimo para el aikido. El Aikido que aflora sin preconceptos de índole intelectual **tama-no-hireburi** Vibración que se ejecuta con las manos juntas delante del vientre, la mano izquierda encima de la derecha  
**tambo** vara corta  
**tameshi** prueba, examen

**tameshigiri** prueba / examen de corte con una espada  
**tameshiware** prueba / examen de golpeo en *karate-do*  
**tanden** centro del cuerpo, abdomen, opuesto a *seika no itten*  
**tandoku** individual  
**taninsugake** entrenamiento con varios atacantes  
**tanren** ejercicio  
**tanto/tanken** cuchillo  
**tantodori** defensa contra cuchillo  
**tao/dao** Chino para *do*  
**taoshi** descender hacia el suelo  
**tatami** colchoneta  
**tate** pararse  
**te** mano  
**te dori** Agarre de la mano  
**tegatana** mano-espada, el canto de la mano en movimientos en el que el canto de la mano se emplea como el filo de una espada  
**teisoku** arco del pie  
**tekubi** muñeca  
**tekubiosae** muñeca sujeta, *yonkyo*  
**tekubi undo** ejercicios de calentamiento de la muñeca  
**ten** cielo  
**tenchi** cielo y tierra  
**tenchinage** proyección cielo-tierra, técnica de proyección  
**tenkai** girar  
**tenkai ashi** girar el cuerpo sobre un pie, sin caminar  
**tenkan** giro  
**tenshin** Movimiento en el que nage se retira 45° de la línea de ataque, hacia el lado abierto de uke  
**tettsui** golpe como martillo, golpe con el borde inferior de la mano cerrada en puño  
**te waza** técnicas de mano, nombre dado a las técnicas de proyección en las que la mano/brazo se usa como punto de apoyo para realizar el movimiento  
**to** espada, también *ken*, *tachi* y *katana*  
**to** este, oriente  
**tobi** saltar  
**tobigeri** patada con salto  
**tobikoshi** caer sobre la cadera, caída frenada  
**toho** parte interna de la mano, entre el pulgar y el índice  
**tokimeki** palpitación  
**tokimeku** latir  
**tokui** favorito  
**tokui waza** técnica favorita  
**Tomari-Te** Arte marcial Okinawense de la ciudad de Tomai, basada en las artes duras del templo Shaolin y otras artes suaves del resto de China  
**tomauchi** técnica de *jo*  
**Tomiki Ryu** escuela de Aikido de Kenji Tomiki *sensei*, alumno de *O'sensei* Ueshiba y Jigoro Kano *sensei*, se caracteriza por introducir el concepto de competencia al Aikido. Llamado también *Shodokan*  
**tomoe** gran círculo, rueda  
**tonfa** herramienta de labranza okinawense usada como arma  
**tori** el que recibe, defensor en *Aikido*, también llamado *nage* o *shite*  
**torifune** ejercicio de remado, también llamado *funakogi undo*  
**toshi** proyectar, lanzar, caer  
**tsuba** guarda de la espada  
**tsugiashi** paso que sigue, el pie retrasado sigue sin pasar al pie adelantado  
**tsuka** empuñadura de la espada  
**tsuki** golpe  
**tsuki ashi** deslizarse  
**tsukuri** preparación de la postura para ejecutar una técnica  
**tsure** esquina de atrás

## U

**uchi** golpe  
**uchi** adentro, interior, interno, opuesto a *soto*

**uchideshi** estudiante que vive en el *dojo*, opuesto a *sotodeshi*  
**uchikaiten** rotación interna, opuesto a *sotokaiten*  
**uchikata** formas de ataque empujando y golpeando  
**uchikomi** golpear repetidamente  
**uchiuke** bloquear desde adentro, opuesto a *sotouke*  
**ude** brazo, antebrazo  
**udehishigi** luxación del codo bajo la axila, *gokyo*  
**udekimenage** proyección con candado de brazo  
**udenobashi** brazo extendido, *gokyo*  
**udeosae** brazo sujetado, *ikkyo*  
**Uechi Ryu** arte marcial Okinawense, variante del Naha-Te, basado en el Pangai Noon Chino  
**uke** el que da, atacante in *Aikido*  
**uke** bloquear, desviar  
**ukemi** caer  
**uketomeru** Parar. Responder. Afrontar  
**uma** caballo  
**umare kawaru** renacer  
**undo** ejercicio  
**ummeri** destino que se puede decidir  
**ura** reverso, adentro, parte trasera. Cuando *tori* inicia su defensa con un movimiento circular o de rotación, esquivando y saliendo de la línea de ataque para quedar detrás de Uke; opuesto a *omote*  
**uraken** golpe con el dorso de la mano  
**ushiro** detrás, hacia atrás, opuesto a *mae*  
**ushirogeri** patada hacia atrás  
**ushiro kiritoshi** soltar el corte hacia atrás, técnica de proyección  
**ushiro ukemi** caída hacia atrás  
**ushirowaza** ataques desde atrás  
**uwagi** chaqueta del *keikogi*  
**uwate** superior

## W

**Wado Ryu** Estilo de Karate desarrollado por Hironori Ohtsuka, con bases de Karate Shotokan y Jujutsu  
**waka sensei** maestro joven, usado en *Aikido* para el sucesor designado del *Doshu*  
**waki** lado, costado del cuerpo, axila  
**wakigatame** control del codo con al axila  
**wakizashi** espada corta  
**ware** romper, separar  
**warui** mal  
**watashi** yo  
**watashino** mio  
**waza** técnica, destreza, métodos de entrenamiento

## Y

**yame** alto, parar  
**yameru** interrumpir  
**yang** lado soleado, polo macho, en Japonés *yo*, opuesto a *yin*  
**yari** lanza  
**yawara** antiguo *jujutsu*  
**yin** lado sombreado, polo femenino, en Japonés *in*, opuesto a *yang*  
**yo** Japonés para *yang*  
**yoko** lado, laterales, horizontal  
**yokogeri** patada lateral  
**yokogiri** corte horizontal o lateral  
**yokomen** lado de la cabeza  
**yokomenuchi** golpe lateral de arriba abajo, dirigido a la cabeza  
**yoko sutemi waza** técnicas de sacrificio en la posición lateral, se adpta una posición lateral con respecto al *tatami* (ver *sutemi waza*)  
**yoko ukemi** caída hacia el costado  
**yon** cuatro, también pronunciado *shi*  
**yongakari** Ejercicio de un *Tori* con cuatro *Uke*

**yonkajo** antiguo término para *yonkyo*

**yonkyo** cuarta enseñanza, técnica de sujeción, torción de la mano o luxación de muñeca, también *tekubi osae*

**yonpo** 4 direcciones

**yoroshi** bien

**Yoseikan** escuela de *Aikido* de Minoru Mochizuki *sensei* quien fue alumno de *O'sensei* Ueshiba y Jigoro Kano *sensei*, y que incluye aspectos de *Judo* y *Karate-do*

**Yoshinkan** escuela de *Aikido* de Gozo Shioda *sensei* quien fue alumno de *O'sensei* Ueshiba en la década de 1930, y que se caracteriza por ser más duro que el estilo de Ueshiba

**yubi** dedo

**yudansha** con grado de dan, opuesto a *mudansha*

**Yuishinkai** escuela de *Aikido* de Koretoshi Maruyama *sensei*, variación del *Shin Shin Toitsu*

**yuki** valor, coraje

**yume** sueño

**yu roku po** 16 direcciones

**yuwara-riki** Agilidad en la fuerza

## Z

**za** sentado, sentarse

**Zaidan Hojin Aikikai** Fundación Aikikai

**zanshin** espíritu remanente, concentración continua, estado de alerta

**zareii** venia de sentado, saludo desde la posición *seiza*

**zazen** meditación en posición de sentado, también llamada *mokuso*

**zempo kaiten** Es un *Ukemi* de rodamiento hacia adelante

**zen** una forma de budismo caracterizada por sus técnicas en busca de la iluminación

**zen** adelante

**zengo** alrededor, adelante y atrás, frente y espalda

**zenshin** de un solo lado

**zori** sandalias que se usan para caminar fuera del área del *tatami* y que se usan para conservar limpio este

**zubon** pantalón del *keikogi*

## Números

1 *ichi*

2 *ni*

3 *san*

4 *shi / yon*

5 *go*

6 *roku*

7 *shichi / nana*

8 *hachi*

9 *ku*

10 *ju*

20 *ni-ju*

21 *ni-ju-ichi*

100 *hyaku*

1000 *sen*