

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

Számok egytől tízig:

A következőben olvashatja minden kedves érdeklődő a japán számokat tízig. A számok mögött megtalálható a fonetikus (kiejtés szerinti) mód is.

1

ichi

ics

2

ni

nyí

3

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

san

szan

4

shi

sí

5

go

gó

6

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

roku

rok

7

shichi

sicsi

8

hachi

hacsi

9

kuu

kju

10

juu

dzsú

Rövid szótár:

A

agatsu *agacu* "Ön-győzelem." Az Alapító szerint a helyes (igazi) győzelem (masakatsu) a magunk fölött kivívott győzelem (agatsu). Az Alapító egyik mondása: Masakatsu agatsu - "Önmagunk legyőzése az igazi győzelem."

ai A kínai írásjegytől függően kétféle jelentése van: 1. együtt(esség); egymás; 2. szerelem, szeretet. Az aikidoban a harmónia, és egyesülés értelemben használjuk.

ai hanmi Kölcsönös álló helyzet, ahol az ukénak és a nagénak ugyanaz a lába van elől.

aiki "Egyesülő ki"; azaz az aikidókák megkísérik összhangba hozni ki-jüket partnerükével és a környezettel.

aikidoka *aikidóka* aikidó-gyakorló, aikidó-tanuló.

aikikai Aiki-szövetség.

ashi *asi* Szó szerint "láb"; a különböző budó-irányzatokban általában lépést, mozgást (a láb mozgását) jelenti.

ashi sabaki *asi szabaki* Lábmunka. Az aikidóban megfelelő lábmunka teszi könnyeddé a mozgást, és biztosítja a stabil egyensúlyt.

atemi "Ütés a testre." Védekező ütés a partner ki-jének semlegesítésére vagy kibillentésére, a technika végrehajtása érdekében. Az aikidóban nem okozhat sérülést!

B

bokken 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 aikidót, teljesen mindegy, hogy fegyverrel, vagy pusztakézrel hajtják végre a technikát.

bu Harci szellem.

budo *budó* "A harc útja"; harcművészet; küzdősport és a hozzá társuló szellemiség gyakorlása a test és lélek fejlesztése céljából.

budoka *budóka* Budót gyakorló, tanuló egyén.

C

chudan *csúdan* Középső rész. A test középső része. Csúdan no kamae = középső tartás.

D

dan Feketeöves (mester-) fokozat. Az IAF aikidóban a legmagasabb fokozat, amit el lehet érni, 9 dan. Van néhány aikidóka, akinek 10 danja van. Ezeket még az Alapító adományozta, ezért nem lehet visszavonni (->kyuu).

do *dó* Út. Az "út" szóra többféle kínai írásjegy is van, de csak ezt -- a kínai "tao" írásjegyet -- használják átvitt értelemben is (különbéle, fejlődéssel/életúttal/stb. kapcsolatos értelemben). Budó-iskolákban elsősorban a ->budó szó helyett, annak rövidítéseként használják.

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

dojo *dódzsó* Lévén a két írásjegy az "út" (dó) és a "hely" (dzsó), különféle nemesebbnél nemesebb magyarázatokat lehet olvasni ("az út keresésének helye" és hasonló ökörségek); a valóságban az "undódzsó" (tornaterem) szó rövidítése.

dojocho *dódzsó-csó* Dódzsó-vezető. A Hombu-dódzsóban jelenleg Ueshiba Moriteru (az Alapító unokája) a dódzsó-csó.

domo arigato gozaimashita *dómo arigató gozaimasita* "Köszönöm szépen" japánul. Minden edzés végén illik meghajolni és megköszöni az edzést az edzőnek és azoknak akikkel edztünk.

dori Fogás, megfogás.

doshu *dosu* A legmagasabb hivatalos rang az IAF aikidóban, jelenleg Ueshiba Moriteru (az Alapító unokája) viseli (harmadikként) ezt a címet. A második Doshu Ueshiba Kisshomaru Sensei (1921-1999), Moriteru apja, az Alapító fia volt. (Szó szerint "üres kéz", átvitt értelemben "rang/hely nélküli".)

F

funakogi Evezés (gyakorlat).

G

gaeshi *gaesi* Megfordítás, megcsavarás (a "kaeszu" igéből zöngésült alak).

gedan Alsó rész. A test alsó (övtől lefelé eső) része. Gedan no kamae = alsó tartás.

gokyo *gokjó* Ötödik tanítás.

gyaku *gyaku* Ellentétes, ellenkező (oldal).

gyaku hanmi *gyaku hanmi* Ellentétes álló helyzet; az ukénak és a nagénak az ellentétes lába van elől.

H

hajime *hadzsime* "Kezdés"

hakama Szoknyaszerű, bő nadrág, hagyományos nemesi férfiviselet. A budó-iskolák közül a kendósok/iai-dósok (kardvívók) és a kjúdósok (íjászok) hordanak fokozattól függetlenül

hakamát, az aikidósoknál viszont általában csak a mesterek (fekete övesek). Néhány aikidó-dódsóban hakamát hordanak a nők is (fokozattól függetlenül), és van, ahol mindenki.

hanmi Állás, testtartás, pozíció.

hanmi handachi *hanmi handacsi* (*han+tacsi*, "fél"+"állás") A nage ül, az uke áll. Segíti a jóval magasabb/alacsonyabb ellenféllel való harc gyakorlását, illetve a támadás irányából való kitérést.

happo *happó* "8 irány"; átvitt értelemben "minden irány". Happó-undó (szó szerint "8 irányú mozgás") vagy happó-giri ("vágás 8 irányba" (karddal)).

hara Has. A hagyományos gondolkodás szerint a lélek, a ki forrása, néhány centiméterrel a köldök alatt, bent a hasban. Momentán nagyjából az emberi test tömegközéppontja.

henka waza *henka vaza* Variált technika. Elkezdünk egy technikát, és végrehajtása közben átváltunk egy másikra. Pl. elkezdjük az ikkyót, de átváltunk irimi nagéra.

hidari Bal.

Hombu Dojo *Hombu-dódszó* A japán Aikikai központi épülete, edzőterme.

I

ikkyo *ikkjó* Első tanítás, az első számú leszorításos technika.

irimi "Belépő/behatóló test:" Belépés, mozgás a partner teste felé. Az elképzelés az irimi-nél az, hogy úgy helyezkedjünk a támadóhoz képest, hogy képtelen legyen hatásosan folytatni a támadást oly módon, hogy állandóan kontrolálhassuk az egyensúlyát (->sikaku).

irimi nage *irimi náge* Belépő dobás, az aikidó dobástechnikák egyik alappillére.

J

jiyu waza *dzsijú vaza* Szabad stílusú gyakorlás rendszerint több ukéval, akik akárhogyan támadhatnak.

jo *dzsó* Rövid fabot, kb. 130 cm hosszú.

jodan *dzsódan* Felső rész; a test felső (melltől felfelé lévő) része.

K

kaeshi waza *kaesi vaza* A technika megfordítása (ukéból nage lesz a technika végrehajtása közben, és fordítva). Ez rendszerint egy haladó formája a gyakorlásnak.

kamae Testhelyzet, testtartás (fegyverrel vagy anélkül, bár a fegyver nélkülit általában "tacsi"-nak hívják a különféle irányzatokban -- például karatéban kiba dacsi (lovaglóállás), zenkucu dacsi, stb.). Jóllehet általában a fizikai helyzetre utal, de az aikidóban jelentős párhuzam van a fizikai és lélektani tartás között. A következetes, határozott állás általában határozott lelki tartást is eredményez. Az aikidóban fontos a határozott lelki hozzáállást fenntartani.

kami Istenség, istenszellem.

kamiza Egy kis oltár, az aikidóban általában a dódzsó főhelyén van, gyakran ad helyet az Alapító képének, vagy rövid írásoknak. Általában a kamiza irányába hajlunk meg amikor bejövünk, vagy elhagyjuk a dódzsót, illetve a szőnyeget.

kata Formagyakorlat.

katame waza *katame vaza* "Leszorító" technikák.

katana Kard. Katana néven általában a külföldön szamurájkardként ismert, a valóságban a szamurájok által hordott két kard közül a hosszabbat.

katate dori Egy kéz fogása; egykezes fogás.

keiko Gyakorlás, edzés. A siker egyetlen titka az aikidóban.

ken Kard.

ki Őserő, őenergia, életerő, a vitális energia, az összpontosított erő energiája.

kiiai Kiáltás, harci kiáltás. Segít az összpontosításban, a ki egy mozdulatba fókuszálásában. kihon Alap; alapvető; lényeg(es). Kihon waza = alaptervtechnika. Sok aikidó-technikát látszólag nagyon különböző módokon végre lehet hajtani. Meglátni a technikák felszín alatti sajátosságait és megragadni a közös magjukat, ez a kihon megértése.

kimusubi *kimuszubi* "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.

ko Légzés, belégzés.

Kobukan Az aikidó első fellegvára.

kokyu *kokjú* Légzés, lélegzés. Az aikidó részét képezi. Ez a lélegzés és a mozgás összhangba hozása. A lélegzés ellenőrzése elősegítheti a nagyobb koncentrációt és a stressz kiküszöbölését.

kokyu ho *kokjú hó* Légzés mód.

kokyu nage *kokjú náge* A kokjún alapuló dobástechnika.

kote Alkar

kotegaeshi Alkarcsavar, alkarfordítás.

kumijo *kumidzsó* Páros dzsógyakorlás.

kumitachi *kumitacsi* Páros kardvívás-gyakorlás.

kuzushi *kuzusi* A partner egyensúlyának megtörése. Az aikidóban nem lehet tökéletesen véghezvinni egy technikát anélkül, hogy az ellenfelet ki ne billentenénk az egyensúlyából. A helyes kuzusi eléréséhez sokkal inkább a helyezkedésre és időzítésre, semmint a pusztán fizikai erőre kell támaszkodni.

M

ma ai (ma, aima) Térköz; a küzdő felek (megfelelő) távolsága.

mae Elöl; elülső; előre.

Men uchi *men-ucsi* Vágás/ütés a fejre.

migi Jobb(oldal), jobbra irányuló.

Misogi *Miszogi* A "Megtisztulás Nagy Lehetősége"

mokuso *mokuszó* Meditáció. Budó-iskolákban a meditációra felszólító vezényszó.

N

nagare Folyás. Az aikidó gyakorlásának egyik célja, hogy a fizikai erőt ne fizikai erővel próbáljuk meg ütköztetni.

nage *náge* 1. A technikát végrehajtó fél (akit támadnak). 2. Dobás.

nikyo *nikkjó* Második tanítás.

niningake Küzdelem két ember ellen.

O

o-negai shimasu *o-negai simasz* Szó szerint "Legyen szíves", udvarias, bármire használható japán kérési formula. Még udvariasabb változata az "o-negai itasimaszu". Gyakorlásra felkérésre használjuk.

obi Öv.

omote Felszín, elülső rész.

Omoto-kyo *Ómoto-kjó* A "Nagy Eredet tana" vallása.

O-Sensei *Ó-Szenszei* Szó szerint "Nagy Mester", Ueshiba Morihei, az aikidó alapítója. Viszont ez egy nem egészen szabályos japán kifejezés, és csak az aikidó berkein belül ismerik és használják, egy köznapi japán ember nem feltétlenül fogja érteni, hogy miről van szó.

osae waza *oszae vaza* Leszorításos technikák.

R

randori A dzsijú vaza, a szabad gyakorlás szinonímája. Bár az aikidótechnikákat jellemzően egy partnerrel gyakoroljuk, nem szabad elfelejteni, hogy az embert többen is megtámadhatják egyszerre. Az aikidó-testmozgások (tai szabaki) legtöbbször több támadó ellen való védekezés során is alkalmazható.

ryo kata dori *rjó kata dori* (Mind)két váll fogása.

ryote dori *rjóte dori* (Mind)két kéz fogása; kétkezes fogás.

S

sankyo *szankjó* Harmadik tanítás.

sanningake Küzdelem három ember ellen.

seiza *szeiza* Szó szerint "helyes ülés"; hagyományos formális japán ülő (térdelő) helyzet.

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

senpai *senpai* Valamilyen tevékenységet (munkát, sportot, stb.) korábban kezdett, azaz magasabb rangú/idősebb ember. Az aikidó esetében "idősebb/haladóbb aikidóka."

sensei *szenszei* Tanár/oktató/orvos szokásos japán megszólítása. (Nem a foglalkozás neve!) Egy dódzsó vagy szervezet állandó tanárát illik a dódzsón kívül is szenszeinek szólítani.

shihan *sihan* "Oktató"; "mester", az aikidóban: "mester oktató", "oktatók oktatója".

shiho nage *sihó náge* Négy irányba dobás.

shiho-giri *sihó-giri* Négy irányba vágás.

shikko *sikkó* Térden járás. A sikkó nagyon fontos a tömegközéppont (hara) tudatosságának fejlesztésére, továbbá erősíti a csípőt és lábat.

shodan *sodan* Első fekete öves, mesteri fokozat (szó szerint "kezdő dan").

shomen *sómen* Fej fölül, fejtető.

shomen uchi *sómen ucsi* Egyenes ütés a fejre; fejbevágás.

shugyo *sugjó* Gyakorlás, vallási gyakorlat.

soto *szoto* "Külső", "kívül"; a támadó karjain kívül végrehajtott aikidó mozdulatok osztálya

suburi *szuburi* Szó szerint kb. "üres vágás", azaz árnyékbokszolás.

suwari *szuvari* Ülés; ülő ...

suwari waza *szuvari vaza* Ülésben, illetve térdelésben végrehajtott technika.

T

tachi *tacsi* Állás, testtartás.

tachi waza *tacsi vaza* Állástechnikák; technikák állásban/-ból.

tai sabaki *tai szabaki* A test mozgatása('nak technikája); aikidóban a test mozgatása körkörös, köríves mozdulatokkal, szabadon.

taijutsu *taidzsucu* "Test-technika"; fegyvertelen gyakorlás.

tanto *tantó* Rövid kard, tőr.

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

tatami Gyékényszőnyeg, a japán lakások nagy részének még ma is része. Tatami borítja az edzőtermek padlóját is (külföldön sokszor matrac van helyette). Az igazi tatami egyébként sem nem különösebben vastag, sem nem különösebben puha.

te Kéz.

tegatana "Kéz-kard."

tenchi nage-- tencsi náge "Menny és föld" dobás.

tenkan Elforduló mozgás, főleg 180 fokos fordulat

tori A technikát végrehajtó fél (akit támadnak).

tsuki *cuki* Egyenes ütés.

U

uchi *ucsi* "Belül/a belső." Egy sor olyan technika, amelyben a nage a támadó karja(i) alá ("belsejébe") mozog.

uchideshi *ucsidesi* A mesterrel együtt lakó tanítvány.

uke A technikát "elszenvedő" fél (aki támad).

ukemi Gurulás, esés; a sérülést elkerülő technika.

ura Hátoldal; hátul.

ushiro *usiro* Hátul; hátulsó; hátra irányuló.

W

waza *vaza* Technika.

Y

yame *jame* "Fejezd be!"

yoko *joko* Oldal.

Szótár

Írta: Administrator

2010. február 28. vasárnap, 18:03 - Módosítás: 2010. március 08. hétfő, 14:19

yokomen *jokomen* A fej oldala, oldalsó arcél.

yonkyo *jonkjó* Negyedik tanítás.

yudansha *júdansa* Szó szerint "van-fokozata-ember"; bármilyen fokozatú feketeöves, mester.

Z

zanshin *zansin* Egy aikidó technika végrehajtása után is kiegyensúlyozott, támadásra kész állapotban kell maradnunk. A zansin tehát egy technika "tudatos figyelemmel való végigkísérését", valamint e figyelem megőrzését jelenti, hogy az esetleg további támadásokra is helyesen tudjunk reagálni.

zori *zóri* Szandál, saru, papucs.