

# Glossaire

## INDICATIONS DU PROFESSEUR

SALUT	
Ritsurei	Salut debout
Seiretsu	En ligne (pour le salut)
Sensei ni rei	Salut aux maîtres (ou à ceux et celles qui ont influencé notre vie)
Shomen ni rei	Salut au mur d'honneur
tagai ni rei	Salut réciproque
Onegaï shimasu	« Je vous prie » : invitation à pratiquer ensemble
Zarei	Salut assis

LES PRATIQUANTS	
Daï	Maître à la tête d'un Ryu (Filiation par choix du successeur)
Soke	Maître à la tête d'un Ryu (Filiation par le sang)
Kyoshi	Enseignant principal
Mudansha	Pratiquant dépourvu de grade dan
Senseï	Maître : celui qui détient la maîtrise, mais surtout « l'ancien » qui précède
Shidôsha	Celui qui applique la technique enseignée (rôle de l'élève)
Shugyosha	Pratiquant d'art martial
Uchidachi (Uke-dachi)	Celui qui produit l'attaque pour l'exercice du shidachi (rôle de l'enseignant)
Yûdansha	Pratiquant porteur d'un grade dan

## LES ORDRES

Dame	Faux !
Hajime	Commencez !
Matte	Attendez !
Yame	Arrêtez !
Hidari	Gauche
Migi	Droite
Mae	Avant
Ushiro	Arrière
Mae dete	Avancez
Sagatte	Reculer !
Kotaï	Changez de partenaire !
Keiko	Entraînement, pratique, répétition
Kiritsu	Mettez-vous debout !
Mitori geiko	« Prendre par le regard » : apprentissage visuel
Mokusô	Méditation
Motoe	Revenir en position de base !
Rei shiki	Étiquette du salut
Renshu	Entraînement
Riaï	Logique d'application technique et cohérence de situation
Seiza	Assis à genoux sur les talons
Shi uchi kôtaï	Echangez votre rôle entre partenaires !
Sonomama	Ne bougez plus ! Gardez la position !
Sotaï	Travail à deux, ou à plusieurs partenaires
Suwari (waza)	Position au sol (technique)
Tandoku Renshu	Entraînement seul (sans partenaire)
Taninzugake	Attaque de plusieurs adversaires
Tachi (waza)	Position debout (technique)
Tate hiza	Assis sur un seul genou (position spécifique à l'iaïdô)
Yame, soremade	Arrêtez, jusque-là (fin de l'entraînement)
Yoï	Soyez prêt !

**LES CHIFFRES**

Itchi	<b>1</b>
Ni	<b>2</b>
San	<b>3</b>
Shi	<b>4</b>
Go	<b>5</b>
Roko	<b>6</b>
Shitchi	<b>7</b>
Hatchi	<b>8</b>
Kyu	<b>9</b>
Ju	<b>10</b>

# IAIDO

## LES ANGLES DE COUPE

Happô giri	Exercice des « coupes » en huit direction
Shômen uchi	Vertical de face
Tsuki	Coupe d'estoc (piquer)
Yoko guruma	Horizontal de face (littéralement : roue latérale) se dit aussi Yoko ichi monji)
Gyaku Kesagiri	Oblique de Bas en haut
Yokomen uchi	Légèrement oblique (en direction de la tempe)
Migi kesagiri	Oblique depuis la droite vers la gauche
Kesagiri	Oblique (vers la droite)

## LES PHASES DU KATA

1. Nukitsuke	Dégainement
2. Kiritsuke	Coupe principale
3. Chiburi	Essorage de la lame (littéralement : secouer le sang)
4. Nôtô	Rengainement

## MOUVEMENT DE SABRE

Furi kaburi	Lever le sabre en vue d'une coupe (litt. Brandir le sabre)
Katate nuki	Dégainement à une main
Nuki waza	Technique de dégainement
Ryôte nuki	Dégainement à 2 mains (en fait dégainement à une main avec une coupe à 2 mains)

## MUSO SHINDEN RYŪ

### PREMIER NIVEAU : SHODEN (Omori RYU)

Shohattō	Premier dégainement
Satō	Sabre à gauche
Utō	Sabre à droite
Ataritō	Sabre saisissant (d'étonnement)
Inyōshintai	Yin-yang esprit et corps
Ryutō	Sabre coulant (fluide, gracieux)
Juntō	Sabre ordonné (organisé)
Gyakutō	Sabre inversé
Seichutō	Sabre droit au milieu
Korantō	Sabre qui agence le chaos
Gyakute inyōshintai	Main inversée Yin-yang esprit et corps
Battō	

### DEUXIEME NIVEAU : CHUDEN (Hasegawa Ryu)

Yokogumo	Etendue de nuages
Tora issoku	1 pas du tigre
Inazuma	Eclair, fulgurance
Ukigumo	Flottement de nuage
Yama oroshi	Vent descendant de la montagne
Iwanami	Vague sur le rocher
Uroko gaeshi	Ecaille retournée (le dragon se tourne)
Nami kaeshi	Vague retournée
Taki otoshi	Chute d'eau en cascade
Nuki uchi	Coup en dégainant

### TROISIEME NIVEAU : OKUDEN (Suwari-iaï)

Kasumi	Brouillard
Sunegakoï	Jambe couverte
Towaki	A côté de la porte
Tozume	Bloqué à la porte
Shihôgiri	Attaque dans quatre directions
Tanashita	Sous l'étagère
Ryôzume	Bloqué de deux côtés
Torabashiri	Course du tigre
(Les trois Ittomagoï peuvent aussi être placés ici)	

### OKUDEN (Tachi-iaï)

Yukizure	Escorte
Tsuredachi	Compagnon
Sômakuri	Tout autour
Sôdome	Stopper tout
Shinobu	Furtif, dissimulé (Yami-uchi, frappe obscure)
Yukichigai	Ignorant
Sode surigaeshi	Manche tournante
Monnyû	Passer le portail
Kabezoe	Le long du mur
Ukenagashi	Blocage fluide
Ittomagoï	1 Visite d'adieu
Ittomagoï	2 Visite d'adieu
Ittomagoï	3 Visite d'adieu

# KENJUTSU

## LES GARDES

LES GARDES	
Chudan no kamae	Garde frontale de hauteur moyenne
Gedan no kamae	Garde frontale basse
Henka	Variante
Hassô no kamae	Garde latérale haute
Hodoku	Position basse d'attente
Jôdan no kamae	Garde frontale haute
Kamae	Position de garde, préparation ("Attente intense", selon Tamura sensei)
Mu gamae	Absence de garde, ou « garde vide »
Sage-tô	Position de repos debout, sabre porté verticalement en main gauche
Seigan no kamae	Garde frontale en direction des yeux (litt. : droit dans les yeux)
Taitô	Sabre dans la ceinture
Tei-tô	Position d'attente debout, sabre tenu horizontalement en main gauche à hauteur de hanche (mais pas dans la ceinture)
Waki no kamae	Garde latérale arrière au niveau de la hanche
Te no Uchi	Tenue du sabre dans la main
Honte	« Main-source » : tenue du sabre naturelle, dominante et dans l'axe de l'arme
Gyakute	« Main opposée » : tenue du sabre biaisée, désaxée et affaiblie

## POSITIONS & DEPLACEMENTS

Hanmi	« Demi corps » : position latérale
Ai hanmi	Position latérale identique
Gyaku hanmi	Position latérale inverse
Sankaku tai	Placement des pieds en triangle-rectangle
Ayumi ashi	Marche naturelle, un pied passant devant l'autre (= 1/2 pas romain)
Hiraki ashi	Changer de hanmi par un pas traversant la ligne d'attaque
Mawari ashi	Demi-tour : rotation du corps de 180° sur place (appui sur l'avant des pieds)
Roppô ashi	Pas croisé en avant ; marche de profil
Tenkan ashi	Pas en avant avec pivot simultané de 180°
Tsugi ashi	Pas glissé : un pied suit l'autre (propulsion par le pied arrière)
Tai sabaki	« Déplacement du corps », mouvement d'évitement
Chokusen irimi	« Entrer directement » : avancer sans sortir de la ligne d'attaque
Sankaku irimi	« Entrer en triangle » : avancer et sortant de la ligne, les pieds formant un triangle-

## DISTANCES

De-ai	« Harmoniser en allant vers » : prise de contact au début de la technique
Ma-ai	Distance : cohérence dans la gestion de l'espace et du temps
1. Tô-ma	Distance lointaine : 3 longueurs de tatamis : aucune menace réciproque
2. Chû-ma	Distance moyenne : 2 longueurs de tatamis ; point de non-retour
3. Chika-ma	Distance proche : les sabres (ou les mains) ne se touchent pas encore
4. Issoku itto	« Un pas, un sabre » : il reste un pas avant l'attaque ; analogue à chika-ma
5. Uchi-ma	Distance « intérieure » : entrant dans la sphère de l'autre, l'attaque a débuté

## TECHNIQUES DE BASE

Giri	Couper (du verbe kiru)
Etsu	Eviter l'attaque par un bref recul en restant dans l'axe
Happo	Huit directions (de hachi 8 + hô direction)
Kiri age	« Soulever » l'attaque : recevoir l'attaque par le furikaburi
Kiri kaeshi	« Rendre » : utiliser l'attaque pour la retourner vers l'adversaire
Kiri otoshi	Couper la coupe
Maki otoshi	Enrober l'attaque
Sutemi	Sacrifice de soi-même face à l'attaque
Tomari wasa	Recevoir l'attaque et la contrôler en l'absorbant, de tomaru, « stopper »
Uke nagashi	Recevoir l'attaque en se protégeant et répliquer

## TEMPS

Awase	Harmonisation avec l'adversaire, synchronisation
Hazushi	Cassure de rythme
Ki awase	Coordination des énergies : simultanéité de l'attaque et de la réponse
Ki hazushi	Rupture des énergies, divergence de rythmes
Kikentaï	« Union sabre énergie et corps » : unité entre mouvement, déplacement et forces
Kime	Aboutissement d'une phase d'action : focalisation de l'énergie et pause du mouvement
Ki musubi	Liaison des énergies
Ko bo ichi	Unité de l'attaque et de la protection
Sen	Simultané : l'action a lieu en même temps que l'attaque
Sen no sen	Anticipé : l'action a lieu avant que l'attaque n'aboutisse
Gô no sen	Différé ; l'action aboutit juste après la fin de l'attaque

## DIVERSES NOTIONS

Junjo	Ordre correct (d'une liste donnée)
Kantei	Expertise d'une lame de de sabre
Kata	Enchaînement de mouvements répondant à une attaque fictive
Ki	Energie vitale et universelle (= « chi » en chinois)
Kiaï	Unité énergétique entre souffle et action, concrétisée par un cri
Kihon	Exercice répétitif de base
Kokoro	Coeur-esprit; détermination, courage, volonté et intensité dans l'action
Kokyû	Projection de l'énergie, notamment par la respiration
Metsuke	Placement du regard : concentration visuelle (sans effet « tunnel »)
Misogi	Purification, exercice d'ascèse
Muga mushin	« Non égo et non intention » : vide intérieur et impassibilité extérieure
Seï to dô	« Non-action et action » : contraste énergétique dans un enchaînement
Seïka Tanden	Centre énergétique situé sous le nombril : point central autour duquel s'organise l'énergie
Shiken	Examen(s)
Shiseï	Posture du corps (correcte), attitude mentale
Shizentai	Position naturelle : cohérence de sa propre posture
Sôtai (Renshu)	Pratique d'un exercice avec un partenaire
Suburi	Exercice de coupes répétitives
Tameshigiri	Exercice de coupe sur cible, autrefois destiné à tester une lame
Tandoku (Renshu)	Pratique d'un exercice seul
Tanren	Forge ; de l'esprit (seishin), ou de la technique par répétition
Yoyû	Marge de manœuvre, latitude technique et mentale
Zanshin	Concentration, avant, pendant et après l'action