

Japanisch im Deutschen Aikido-Bund

Passende Übersetzungen und Umschriften

Sven und Ning Cheng

{sven,ning}@aikidoverein-wattenbek.de

29. April 2022

1 Über die Autoren

Wir beschäftigen uns seit März 2010 gemeinsam – soweit die Freizeit es zulässt sowohl im Selbststudium als auch unter Anleitung einer Japanisch-Lehrerin – mit der japanischen Sprache. Darüber hinaus hat Ning im Juli 2013 erfolgreich den Test für den JLPT N5¹ abgelegt.

2 Umschrift

Für die Umschrift der japanischen Schrift in die lateinische Schrift existieren verschiedene Transkriptionssysteme. Die japanische Regierung hat 1952 Empfehlungen für die Umschrift veröffentlicht (Hadamitzky 1995): das kunrei-System wird demnach favorisiert, aber auch das Hepburn-System ist ausdrücklich erlaubt. Im Folgenden wird das Hepburn-System benutzt, da sich auch die momentan im DAB benutzten Umschriften (weitestge-

hend) an diesem orientieren.

Die (relevanten) Regeln für die Umschrift nach diesem System (Hadamitzky 1995, vgl. S. 12 f.) sollen hier der Vollständigkeit halber einmal aufgeführt werden:

1. Gespannte Laute (*soku-on*) werden durch Doppelkonsonanten wiedergegeben; dabei wird *sh* zu *ssh*, *ch* zu *tch* und *ts* zu *tts*.
2. Lange Vokale werden durch einen Längungsstrich (ˉ) über dem Vokal dargestellt.
3. Satzanfänge und Eigennamen werden groß geschrieben, bei Substantiven ist die Großschreibung freigestellt.
4. Im Japanischen gibt es kein Leerzeichen, die Wortgrenzen sind oft nicht ohne Kenntnis der Sprache zu erkennen. Es werden daher teilweise Bindestriche benutzt, um Worteinheiten zu kennzeichnen.

¹einfachste Stufe des Japanese-Language Proficiency Tests

3 Aussprache

Die Aussprache der Konsonanten im Hepburn-System orientiert sich am Englischen (j als dsch wie in *just*, s scharf wie in *surprise*, z weich wie in *zero*), die der Vokale am Italienischen. Die Aussprache der r-Silben (ra, ri, ru, re, ro) dürfte die größte Herausforderung darstellen. Hierbei ist die Position der Zunge entscheidend: wie bei einem l wird die Zunge hinter den Zähnen angesetzt, dann aber wie bei einem d sofort fallengelassen. Im Zweifelsfall ist es jedenfalls sicherer, stattdessen la, li, lu, le, lo zu sagen.

Teilweise treten auch Lautverschiebungen² vom stimmlosen zum stimmhaften Konsonanten auf wie bei *tegatana* てがたな 手刀, welches sich aus den Worten *te* て 手 und *katana* かたな 刀 zusammensetzt. Oftmals gibt es hier keine einheitliche Regelung, sodass auch beide Varianten Verwendung finden. Beispielsweise kann *katate-tori* かたて とり 片手取り auch als *katate-dori* gelesen werden.

4 Übersetzung

Die nachfolgende Zusammenstellung orientiert sich vom Aufbau her am Anhang der Prüfungsordnung für Kyū-Grade (POK, S. 5 f.). Die Begriffe werden in japanischer Schrift mit kleinen, die Lesung angegebenden Silben³ über den Kanji sowie der Umschrift nach obigem System angegeben. Soweit möglich wird eine *wörtliche Übersetzung* ange-

²rendaku 連濁

³furigana 振り仮名

geben. Oftmals gibt es viele verschiedene, vom Kontext abhängige Möglichkeiten der Übersetzung. Die angegebenen Übersetzungen werden daher im Kontext des *budō* betrachtet. Da es im Japanischen in der Regel keinen Pluralmarker gibt, wird bei Benutzung japanischer Begriffe hier ebenfalls darauf verzichtet: der Plural von *tegatana* ist *tegatana*.

Als Wörterbücher (beide online) haben wir das japanisch-deutsche Wörterbuch *Wadoku*⁴ und das japanisch-englische Wörterbuch *Jisho*⁵ verwendet.

Vorweg eine Anmerkung zu *aiki* あいき 合気: hierbei handelt es sich um einen schwer zu übersetzenden Begriff. Das Verb *au* あ 合う (*zusammenkommen, vereinigen, passen*) und *ki* き 気 (teilweise findet auch das alte Zeichen 氣 Gebrauch) zusammen könnten als *die Energie in Einklang bringen* übersetzt werden. Aufgrund der Vielseitigkeit von *aiki* verwenden die unten angegebenen Begriffe daher *aiki* ohne einen Versuch einer Übersetzung.

4.1 Allgemeines

agura あぐら 胡座

Schneidersitz

aikidō あいきどう 合気道

Weg des aiki

aikidōka あいきどうか 合気道家

jmd., der aikidō macht

aiki no kata あいき 合気の形

Form des aiki

⁴www.wadoku.de

⁵jisho.org

ashi ^{あし} 足

Fuß, Bein, Schritt

atemi ^{あてみ} 当身

Schlag, Hieb

ayumi-ashi ^{あゆみ あし} 歩み足

Schrittweise, bei der die Füße abwechselnd voreinander gesetzt werden

bokken ^{ぼっけん} 木剣

Holzsword; hölzernes Schwert zum Üben; wird auch als bokutō ^{ぼくとう} 木刀 bezeichnet

buki-waza ^{ぶき わざ} 武器技

Waffentechnik; bei uns sind Techniken mit und gegen jō (Stab), tantō (Messer) und ken (Schwert) vorhanden

dan ^{だん} 段

Grad, Rang; Bezeichnung für Meister-ränge, schwarze Gürtel

dōgi ^{どうぎ} 道着

Trainingsanzug für budō; für aikidō spezifische Bezeichnung ist aikidōgi; teilweise wird auch keikogi als Bezeichnung verwendet

dōjō ^{どうじょう} 道場

Trainingshalle, wörtlich *Ort des Weges*

hanmi ^{はんみ} 半身

halber Körper; eine Art kamae, beide Seiten des Körpers sind eine Einheit (linker Fuß und linke Hand zusammen, rechts analog); Ausrichtung zum Partner entweder in gleicher oder gegensätzlicher

hanmi (ai ^{あい} 相 *gemeinsam*, gyaku ^{ぎやく} 逆 *Gegenteil*)

hanmi-hantachi ^{はんみ はん た} 半身半立ち

wörtlich *halb stehende hanmi*; Bezeichnung dafür, dass uke steht und nage sitzt

hara ^{はら} 腹

Abdomen

henka-waza ^{へんか わざ} 変化技

Variation/Wechsel der Technik; Bezeichnung für eine abgewandelte Form einer Technik oder den Wechsel von einer Technik in eine andere (z.B. shihō-nage anfangen und zu ude-kime-nage wechseln)

hidari ^{ひだり} 左

links

irimi ^{い み} 入り身

mit dem Körper eintreten; Prinzip des kraftgebenden direkten Einganges; i. w. S.: antizipierendes Eintreten in eine jeweils schwache Position des Angreifers mit dem Ziel der Balancebrechung oder Kontrolle

irimi-ashi ^{い み あし} 入り身足

eintretender Schritt; der hintere Fuß wird nach vorn bewegt und anschließend das Zentrum eingedreht, sodass der bewegte Fuß wieder hinten steht

jiyū-waza ^{じゆう わざ} 自由技

freie Technik; bei uns verwendet für die Verteidigung gegen freie Angriffe

jō 杖 ^{じょう}

Stab; ein etwa 127 cm langer Stab aus Holz

jū no keiko 柔の稽古 ^{じゅう けいこ}
weiches Training

jutsu 術 ^{じゅつ}
Kunst, Technik

kaeshi-waza 返し技 ^{かえ わざ}
Gegen- oder Kontertechnik; die Rolle von uke und nage wechselt, findet sich bei uns im Thema „Verkettungen“ wieder

kakari-geiko 掛かり稽古 ^{か けいこ}
Angriffstraining

kamae 構え ^{かまえ}
Haltung, Stellung, Positur; migi-kamae *Rechtsstellung*; hidari-kamae *Linksstellung*

kata 形 ^{かた}
Form; es wird auch das Zeichen 型 verwendet; in japanischen Kampfkünsten werden mit kata oft vorgeschriebene Abfolgen von Techniken oder Bewegungen bezeichnet

katame-waza 固め技 ^{かた わざ}
Haltetchnik; wird auch als osae-waza ^{お わざ} 押さえ技 bezeichnet

keiko 稽古 ^{けいこ}
Übung, Training

kiai 気合 ^{きあい}
Kampfschrei; kann stimmlos mit hörba-

rem Ausatmen oder stimmhaft mit einem Schrei erfolgen; dient der Koordination und Ausrichtung von Körper, Geist und Emotion/Gefühl auf ein Ziel und somit der maximalen Entfaltung von zielgerichteter Energie

kihon 基本 ^{きほん}
Grundlauge, Basis

kiza 跪座 ^{きざ}
wörtlich *kniend sitzen*; Sitzen auf den Knien und den Fußballen mit aufgestellten Zehen

kokyū-hō 呼吸方 ^{こきゅう ほう}
Atemtechnik; Übung zur Entfaltung des eigenen ki (siehe auch kiai) und der Synchronisation

kuzushi 崩し ^{くず}
Zusammenbruch, Einsturz; Bezeichnung für die Gleichgewichtsbrechung in japanischen Kampfkünsten

kyū 級 ^{きゅう}
Klasse; Bezeichnung für Schülerränge

maai 間合い ^{まあい}
Distanz, angemessener Abstand zum Partner

mae 前 ^{まえ}
vorn, vor

migi 右 ^{みぎ}
rechts

morote-waza 諸手技 ^{もろて わざ}
beidhändige Technik; Verteidigung ge-

gen zwei Angreifer, die *katate-ryōte-tori* (*morote-tori*) angreifen

mudansha ^{むだんしゃ} 無段者
Person ohne Dan-Grad

nage ^な 投げ
Wurf; *nage* ist eine geläufige Bezeichnung für den Ausführenden der Technik, mitunter wird allerdings auch *tori* oder *shite* verwendet

nage-waza ^{な わざ} 投げ技
Wurftechnik

okuri-ashi ^{おく あし} 送り足
Gleitschritt, bei dem der hintere Fuß in Gehrichtung immer hinter dem vorderen bleibt

omote ^{おもて} 表
Vorderseite, Position vor dem Partner; dabei ist *omote* eine reine Positionsangabe und nicht mit *irimi* gleichzusetzen

randori ^{らんどり} 乱取り
freie Übung; bei uns verwendet für Verteidigung gegen vorgeschriebene Angriffe

renzoku-waza ^{れんぞく わざ} 連続技
Aufeinanderfolge von Techniken; findet sich bei uns im Thema „Verkettungen“ wieder, wenn sich die Rolle von *uke* und *nage* nicht ändert

sabaki ^さ 捌き
Handhabung, ...-Arbeit; siehe *tai-sabaki*

seiza ^{せいざ} 正座
formeller Kniesitz; Sitzen auf den Knien und Fersen mit gestrecktem Fuß

sensei ^{せんせい} 先生
Lehrer, Meister

shikkō ^{しっこう} 膝行
Gehen/Bewegen auf den Knien

shite ^{して} 仕手
Handelnder; vgl. auch *nage*

shizentai ^{しぜんたい} 自然体
natürliche Haltung

shōmen ^{しょうめん} 正面
Front, Vorderseite; die Abgrenzung von *shōmen* und *omote* ist schwierig; wir verwenden *omote* für die Positionierung relativ zum Partner und *shōmen* für Positionen an der Person selbst

soto ^{そと} 外
außen

suwari-waza ^{すわ わざ} 座り技
Sitztechnik

tachi-waza ^{た わざ} 立ち技
Standtechnik

tai-jutsu ^{たいじゆつ} 体術
wörtlich *Körpertechnik*; Bezeichnung für waffenlose Techniken

tai-sabaki ^{たい さ} 体捌き
Körper-Handhabung; Sammelbegriff für einige Bewegungen, setzt sich aus *ashi-sabaki* ^{あし さ} (Fuß-/Beinarbeit) und *te-sabaki* ^{て さ} (Handarbeit) zusammen;

oft ist damit auch die irimi-tenkan-Bewegung gemeint (bei uns auch als Doppelschritt bezeichnet)

tanden ^{たんでん} 丹田

Bezeichnung für die Gegend direkt unter dem hara, ein Punkt unter dem Bauchnabel; wird als *Zentrum des Körpers* angesehen, an dem sich die *Geisteskraft* (ki-ryoku ^{きりよく} 気力) sammelt

tantō ^{たんとう} 短刀

Kurzschwert, Dolch, teilweise wird auch Messer benutzt; wird auch als tanken ^{たんけん} 短剣 bezeichnet

tegatana ^{てがたな} 手刀

Handschwert; für die Schlagangriffe wird die Hand als Schwert (^{かたな} katana 刀) angesehen, die Handkante ist dabei die Schneide

tenkan ^{てんかん} 転換

Wendung, Ablenkung; Prinzip des kraftnehmenden Ausweichens; i. w. S.: reagierendes Ausweichen und Umlenken einer auf sich gerichteten Kraft mit dem Ziel der Balancebrechung oder Kontrolle

tenkan-ashi ^{てんかん あし} 転換足

wendender Schritt; das Zentrum wird abgewandt und der hintere Fuß wird hinten herum bewegt, sodass der bewegte Fuß wieder hinten steht

tori ^と 取り

Nehmen, Greifen; Substantivierung des Verbs toru ^{とる} 取る, vgl. auch nage

uchi ^{うち} 内
innen

uchi ^う 打ち
Schlag

uke ^う 受け

Bezeichnung für die Person, die Technik *empfängt* oder „*erleidet*“; vom Verb uke-ru ^う 受ける *erhalten, erleiden, annehmen*; manchmal wird auch aite ^{あいて} 相手 als Bezeichnung benutzt

ukemi ^{う み} 受け身

Fallschule; wörtlich *annehmender Körper*; Bezeichnung für die Rollen/Arten des Fallens:

- ushiro-ukemi *Rückwärtsrolle*
- mae-ukemi *Vorwärtsrolle*
- yoko-ukemi *seitliches Fallen*
- tobi-ukemi *freies Fallen* (tobi ^と 飛び *Fliegen, Springen*)

ura ^{うら} 裏

Rückseite, Position hinter dem Partner; dabei ist ura eine reine Positionsangabe und nicht mit tenkan gleichzusetzen

ushiro ^{うし} 後ろ

rückwärtige Richtung, hinten

waza ^{わざ} 技
Technik

yoko ^{よこ} 横
Seite

yokomen ^{よこめん} 横面
Seite des Kopfes

yūdansa ^{ゆうだんしゃ} 有段者
Danträger

zahō ^{ざほう} 座法
Sitzen

4.2 Angriffsarten

katate-tori ^{かたて と} 片手取り
Griff einer Hand, der Angriff kann in ai-hanmi oder gyaku-hanmi erfolgen

ryōte-tori ^{りょうて と} 両手取り
Griff beider Hände

katate-ryōte-tori ^{かたて りょうて と} 片手両手取り
Griff einer Hand mit beiden Händen;
kann auch als morote-tori ^{もろて と} 諸手取り bezeichnet werden

mune-tori ^{むね と} 胸取り
Griff zum Revers

sode-tori ^{そで と} 袖取り
Griff zum Ärmel

kata-tori ^{かた と} 肩取り
Griff zur Schulter

yoko-kubi-shime ^{よこくび し} 横首締め
Würgen von der Seite

ushiro-ryōkata-tori ^{うし りょうかた と} 後ろ両肩取り
Griff beider Schultern von hinten

ushiro-kakae-tori ^{うし かか と} 後ろ抱え取り
Umklammerung von hinten

ushiro-ryōte-tori ^{うし りょうて と} 後ろ両手取り
Griff beider Hände von hinten

ushiro-eri-tori ^{うし えり と} 後ろ襟取り
Griff in den Kragen von hinten

ushiro-katate-tori-kubi-shime ^{うし かたて と くび し} 後ろ片手取り首締め
Griff einer Hand und Würgen von hinten

ushiro-kubi-shime ^{うし くび し} 後ろ首締め
Würgen von hinten

yokomen-uchi ^{よこめん う} 横面打ち
schräger Schlag

shōmen-uchi ^{しょうめん う} 正面打ち
frontaler Schlag

shōmen-tsuki ^{しょうめん つ} 正面突き
frontaler (Faust)Stoß; ausführung auf verschiedenen Höhen möglich:

- jōdan ^{じょうだん} 上段 *oberer Körperbereich*
- chūdan ^{ちゅうだん} 中段 *mittlerer Körperbereich*
- gedan ^{げだん} 下段 *unterer Körperbereich*

yoko-tsuki ^{よこ つ} 横突き
seitlicher (Faust)Stoß; Ausführungen von außen (soto) sowie von innen (uchi) und auf verschiedenen Höhen (vgl. shōmen-tsuki)

4.3 Nage-waza

shihō-nage ^{しほう な} 四方投げ
Vier-Richtungen-Wurf

irimi-nage ^{い み な} 入り身投げ
Eingangswurf

kaiten-nage ^{かいてん な} 回転投げ
Rotationswurf; die Ausführung kann in

zwei Varianten erfolgen: entweder von innen (uchi), indem unter dem Arm von uke durchgetaucht wird, oder von außen (soto), indem um den Arm herumgearbeitet wird

aiki-otoshi あいき お 合気落とし
aiki-Fallenlassen

koshi-nage こし な 腰投げ
Hüftwurf

kote-gaeshi こて がえ 小手返し
Unterarm-Umkehrung

koshi-nage hiji-garami こし な ひじ がら 腰投げ 肘絡み
Hüftwurf mit Verwicklung der Ellenbogen; obwohl im Namen hiji (Ellenbogen) benutzt wird, werden in unserer Ausführung die Handgelenke gekreuzt

koshi-nage kote-hineri こし な こて ひね 腰投げ 小手捻り
Hüftwurf mit Unterarm-Verdrehung

jūji-garami じゅうじ がら 十字絡み
Kreuz-Verwicklung

tenchi-nage てんち な 天地投げ
Himmel-Erde-Wurf

sumi-otoshi すみ お 隅落とし
um die Ecke fallenlassen

kokyū-nage こきゅう な 呼吸投げ
Atemwurf

ude-kime-nage うで き な 腕極め投げ
Arm-Blockade-Wurf

4.4 Katame-waza

ude-osae うで お 腕押さえ (ikkyō いっきょう 一教)
Arm-Kontrolle (erste Lehre)

kote-mawashi こて まわ 小手回し (nikyō にきょう 二教)
Unterarm-Drehung (zweite Lehre)

kote-hineri こて ひね 小手捻り (sankyō さんきょう 三教)
Unterarm-Verdrehung (dritte Lehre)

tekubi-osae てくび お 手首押さえ (yonkyō よんきょう 四教)
Handgelenk-Kontrolle (vierte Lehre)

ude-nobashi うで のお 腕伸ばし (gokyō ごきょう 五教)
Arm-Streckung (fünfte Lehre)

ude-hishigi-waki-gatame うで ひし わき がた 腕挫ぎ腋固め (rokyō ろっきょう 六教)
Armhebel mit Festhalten an der Körperseite/unter der Achsel (sechste Lehre)

ude-kime-osae うで き のお 腕極め伸ばし
Arm-Blockade-Kontrolle; frühere Bezeichnung für ude-hishigi-waki-gatame

ude-garami うで がら 腕絡み
Arm-Verwicklung

4.5 Buki-waza

Bisher sind die Prüfungsfächer zur Abwehr von Angriffen mit Waffen in der Prüfungsordnung für Dan-Grade (POD, Abschnitte 2.2.5, 3.2.4, 4.2.4 u. 5.2.5) als aiki-...-jitsu aufgeführt. Zwar findet sich bei der Bezeichnung für die Sportart じゅうじゅつ 柔術 jūjutsu oft auch die Umschrift jiu-jitsu. Allerdings sind die Umschriften jiu für 柔 und jitsu für 術 nach Hepburn nicht korrekt. Da bei jū no keiko die

korrekte jū Umschrift statt jiu für 柔 benutzt wird, sollte hier auch jutsu statt jitsu für 術 benutzt werden.

aiki-jō-jutsu あいき じょうじゅつ 合気杖術

aiki-*Stab-Technik*

aiki-tanken-jutsu あいき たんけんじゅつ 合気短剣術

aiki-*Messer-Technik*

aiki-ken-jutsu あいき けんじゅつ 合気剣術

aiki-*Schwert-Technik*

aiki-bu-jutsu あいき ぶじゅつ 合気武術

aiki-*Kriegs-Technik*; bujutsu ist ein Sammelbegriff für Kampfkünste

Referenzen

Deutscher Aikido-Bund e.V. (1. Jan. 2008).

Prüfungsordnung für Aikido-Kyu-Grade des DAB (POK).

— (27. Okt. 2019). *Prüfungsordnung für Aikido-Dan-Grade des DAB (POD).*

Hadamitzky, Wolfgang (1995). *Handbuch und Lexikon der japanischen Schrift: Kanji und Kana 1.* Langenscheidt.