

Les plis du hakama

« Le port du hakama symbolise les traditions qui se sont perpétuées de générations en générations. Les sept plis rappellent les sept vertus du Budo que pratique le samouraï. L'Aïkido étant issu de l'esprit du bushido, nous devons nous efforcer, dans notre pratique, de polir ces sept vertus traditionnelles »

Ueshiba Morihei

On pourrait dire que celui qui y parvient est un « saint », au sens d'homme qui a atteint, par sa ténacité, un niveau d'Humanité supérieur au commun des mortels.

Jin	Notion présente dans le code moral du guerrier (Bushido), dont la bonne compréhension est l'essence des Arts Martiaux Traditionnels (Budo). Elle est faite de respect de la Vie et de volonté de protection de la Vie dans son universalité, dans un sens altruiste. Elle apparaît dans la sentence de Funakoshi Gishin, « karate nishente nashi » : « Il n'y a pas de premier mouvement en karate ». Il n'y a qu'une défense pas d'attaque. Cette volonté de ne pas commencer le combat, la sérénité et l'harmonie qu'elle sous-entend, doit être présente au Dojo.
Bonté, compassion	
Gi	Obligation morale envers le Maître, l'Empereur, le pays. Giri réfère au « penser juste » qui découle du concept Gishi, (l'homme droit) contenu dans le code d'Honneur du Bushido et dont l'une des applications était le respect absolu de la « parole du Samourai ». C'est un rappel permanent, au niveau de la non-conscience, de l'attitude correcte qui convient pour progresser sur la Voie.
Honneur, droiture, devoir	
Rei	Geste d'une importance fondamentale dans la pratique des Arts Martiaux où tout commence et tout finit par un salut, marque de respect envers le partenaire, le professeur, l'esprit du lieu, le sens même que l'on donne à ce que l'on va faire ou à ce que l'on vient de faire.
Salut	
Chi	Droiture, rectitude : par extension « l'homme de droiture », celui dont l'attitude morale et physique, « juste » lui permet de distinguer la vrai du faux et de maintenir une attitude intérieure (Shisei) qui lui dicte à tout instant le comportement juste que l'on attend d'un homme sur la Voie.
Sagesse, connaissance	
Shin	Shin, Gi, Tai : Les trois éléments qui, dans la pratique martiale, amènent à l'efficacité : ce qui procède de l'intention (Shin), ce qui vient de la technique (Gi), ce qui est apporté par les aspects corporels (Tai). On leur donne parfois le sens du Ciel (Shin), de la Terre (Gi) et de l'homme (Tai). Il s'agit des trois aspects d'un tout, et l'on ne peut toucher à l'un sans toucher aux autres. Leur intégration est la manifestation de la Maîtrise de la Voie.
Coeur, esprit	
Chu	Cette valeur est le ciment indéfectible de nos disciplines martiales. Le budoka s'engage à une fidélité totale et à un respect loyal des règles internes à son école. C'est là le reflet de la rectitude du corps et de l'esprit du pratiquant.
Loyauté	
Koh	La piété s'entend ici dans le sens de respect profond et authentique des bases de nos pratiques martiales, techniques, spirituelles, historiques, philosophiques...
Piété	