

## Aikido İkili İlişkilere Rehber Oluyor

Aikidonun ikili ilişkilere rehber olduğunu belirten Akimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Bir ilişkide sevgiyi devam ettiren karşılıklı uyum ve saygıdır. İşte Aikido felsefesini benimseydiğimizde mutlu ve pozitif bir insan olmak için büyük bir adım atmış oluruz" dedi.

Akimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, ikili ilişkilerdeki en büyük sorunun partnerini değiştirmeye çalışmak olduğunu, halbuki Aikido ile kişilerin değişime kendilerinden başladığını, bu da karşı tarafı olduğu gibi kabul ederek, "Kendini Değiştir Dünyanı Değiştir" prensibini uyguladığını, bunun da ilişkilerde mutluluğun anahtarı olduğunu söyledi. 16 yıldır Aikido yapan Oğuzhan Ulvi Başkurt, insanların Aikido ile uyumlu, mutlu, sade ve huzurlu bir hayat yakaladığını, özel hayat ve iş hayatında düzenlerini daha rahat kurduklarını gözlemlediğini de söyledi.

### "İLİŞKİ DURUMUNUZU POZİTİFE ÇEVİRİN"

"Aikido bir japon savaş sanatı. Ruh, beden ve zihin uyumunun önemini çok özel bir şekilde bize anlatan bir sanat. Aikido felsefesi karşındaki değiştirmek çok 'kendini değiştir dünya değişsin' anlayışını benimser. İşte ilişkilerimizde bizim de ihtiyacımız olan şey bu aslında. Kendini değiştirmek" diyor Oğuzhan Ulvi Başkurt. "İşe kendimizden başlamalıyız. Yunus Emre'nin dediği gibi 'ilim ilim bilmektir, ilim kendin bilmektir'. Kendimizi çok iyi tanımalıyız. Sonra insanı iyi anlamak, daha sonra da karşı cinsi anlamaya çalışmak gerekir. Aikido aslında kendimizi çok iyi tanıyabileceğimiz özel bir sanat. Fiziksel zorluklara karşı sabrımızı ve irademizi test edebileceğimiz, beynimizin her iki lobunu da aktif çalıştırırken zihnimizi geliştirebileceğimiz, diğer insanlarla spor yaparak onları daha iyi anlayabileceğimiz bir disiplin" şeklinde konuştu.

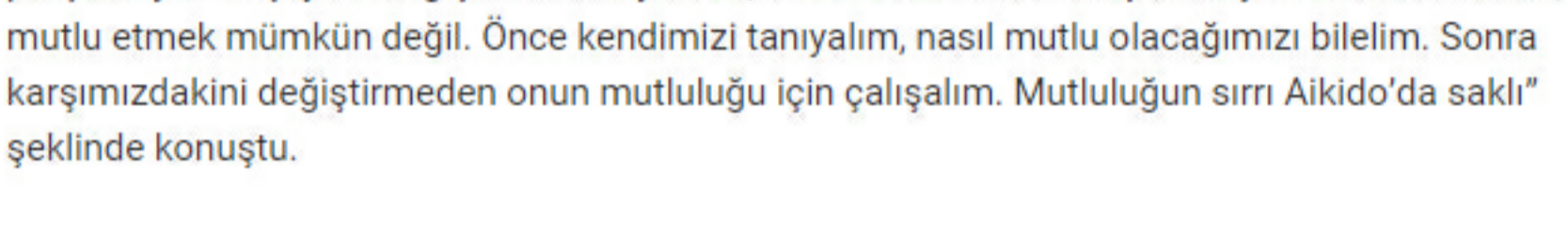
### "SABIR AİKİDOYU MÜKEMMEŞTİRİR, İLİŞKİYİ SAĞLAMLAŞTIRIR"

Kadın-erkek ilişkisinde önemli bir eksik olan sabrın, Aikido eğitimleri ile sağlanabileceğini belirten Oğuzhan Sensei, "Kadın erkek ilişkilerinde tarafların sabırlı ve güçlü iradeye sahip olmak, berrak bir zihin yapısı ile düşünceli hareket etmeleri ilişkide iyi bir aşama katettirecektir. Aynı aikidodaki çalıştığımız partnerimize saygılı olmamız gibi eşlerin de birbirlerine saygı duymaları problemleri çözmeye yardımcı olacaktır. Örneğin Aikido'da karşındakine teknik yapabilmek için önce mesafeyi iyi ayarlamamız gerekir. Sonrasında doğru zamanda doğru yerde olmaya çalışarak yani durumumuzu değiştirerek, duruma uyum sağlayarak ne yapacağımıza karar veririz. Gerçek hayatta da böyledir. Karşımızdakini değiştirmekten çok kendimizi değiştirdiğimizde dünyanın da değiştiğini gözlemliyoruz" ifadelerini kullandı.

### "İLİŞKİLERİN İHTİYACI OLAN UYUM VE SEVGİ AİKİDO'DA SAKLI"

Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Ai" uyum demektir. Diğer anlamı da 'sevgi'dir. Bir ilişkide sevgiyi devam ettiren ise karşılıklı uyum ve saygıdır. İşte Aikido felsefesini benimseydiğimizde mutlu ve pozitif bir insan olmak için büyük bir adım atmış oluruz. Aslında hepimiz bir bütünün yani sevginin parçalarıyız. Birşeyleri değiştirmek istiyorsak, önce kendimizden başlamalıyız. Mutlu olmadan, mutlu etmek mümkün değil. Önce kendimizi tanıyalım, nasıl mutlu olacağımızı bilelim. Sonra karşımızdakini değiştirmeden onun mutluluğu için çalışalım. Mutluluğun sırrı Aikido'da saklı" şeklinde konuştu.

### İlgili Galeriler



Anahtar Kelimeler: aikido ikili ilişkilere rehber oluyor

Yorum Gönder **0** Facebook Yorumları **0**

İsim

Yorum yazmak için bu alanı kullanabilirsiniz. Yorum yazarken lütfen aşağıda yazılan uyarıları göz önünde bulundurunuz!

Kalan Karakter: 1000 Yorum Gönder

### İLGİLİ HABERLER



Su Yerine Turşu Asidi İçirilen 2 Aylık Bebek Hayata...



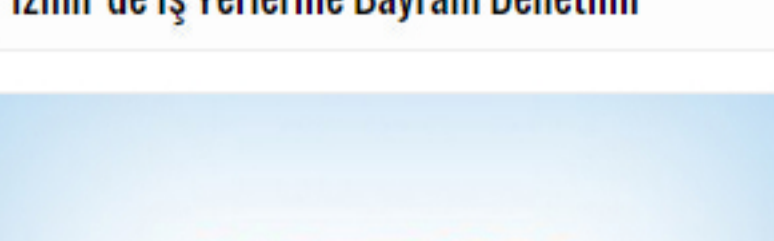
Evlilik İçin Uyumlu Olmanız Gerekli



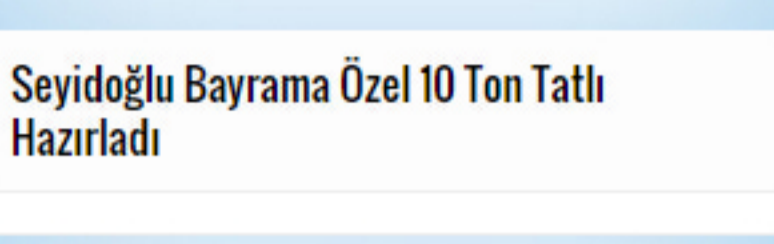
İzmir'de İş Yerlerine Bayram Denetimi



Seyidoğlu Bayrama Özel 10 Ton Tatlı Hazırladı



Karpuz Kabuğu Reçeli Dünya Lezzetleri Arasına...



Bakan Çelik: "Sorunların Diplomasi Yoluyla Çözülmesi..."



BU AY ÇOK OKUNANLAR

Görme ve işitme engelli Rızeli Celil'in çok büyük başarısı



2. Survivor Hasan çay alm yerinde çay...

3. Artvin'de trafik kazası 3 ölü

4. Karadenizlilerin Hastalık Tarifleri...

5. Oflu Hocayı Susturdular!

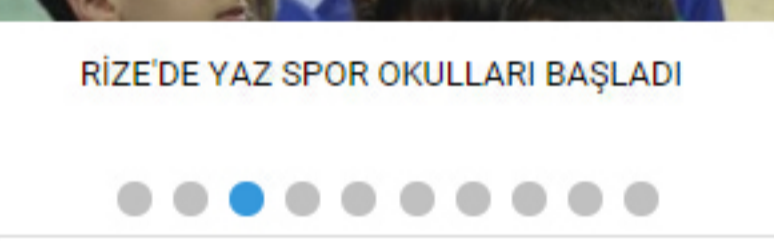
6. Rize otobüsü cayır cayır yandı

7. Sarp'ta yakalanırlar şaşırtdı

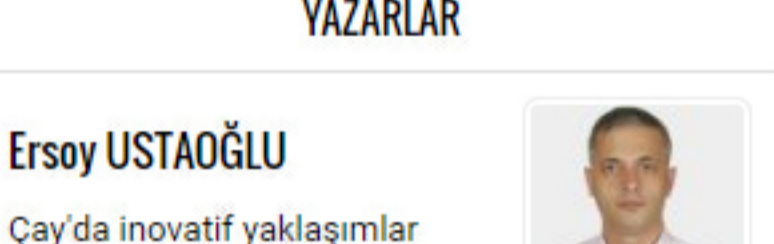
8. Hamamözü'nün Rızeli Kaymakamı...



POPÜLER GALERİLER



RİZE'DE YAZ SPOR OKULLARI BAŞLADI



YAZARLAR

**Ersoy USTAOĞLU**  
Çay'da inovatif yaklaşımlar

**Mehmet Kaptan Erbaş**  
Herkesin Hedefinde Çaykur Rizespor Var.

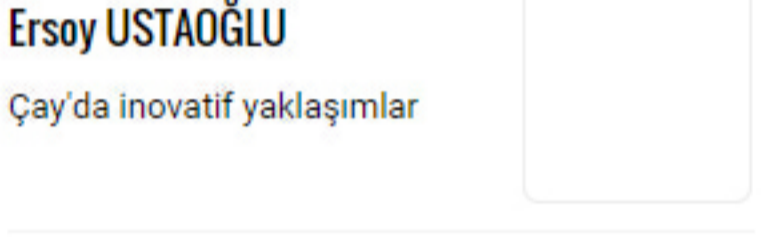
**Fatih Sultan Kar**  
Çesarettin Hoca'nın Ardından



POPÜLER GALERİLER



RİZE'DE YAZ SPOR OKULLARI BAŞLADI

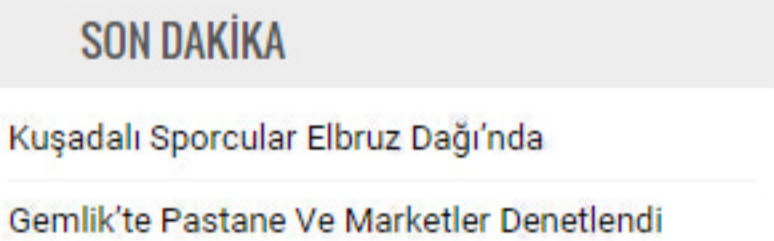


YAZARLAR

**Ersoy USTAOĞLU**  
Çay'da inovatif yaklaşımlar

**Mehmet Kaptan Erbaş**  
Herkesin Hedefinde Çaykur Rizespor Var.

**Fatih Sultan Kar**  
Çesarettin Hoca'nın Ardından



SON DAKİKA

Kuşadalı Sporcular Elbruz Dağında

Gemlik'te Pastane Ve Marketler Denetlendi

Mersin Büyükşehir Bria Hartley'i Transfer Etti

Eyüp'te Ramazan Dolu Dolu Geçti

Konfeksiyon Sanayicisi "Vergide Yumuşama" Beklentisinde

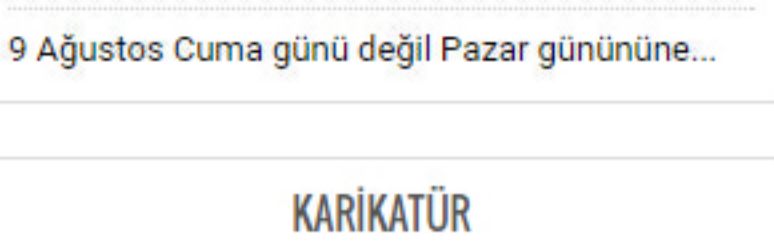
Didim'de 81 Suriyeli Kaçmaya Çalışırken Yakalandı

Bilecik'te Trafik Kazası

Trabzonspor Avrupa'da 122. Maçına Çıkacak

Vali Türker'den Ramazan Bayramı Mesajı

Şekerlenmeyen Tatlı Glikozludur



NAMAZ VAKİTLERİ

İmsak 02:36 Güneş 04:50 Öğle 12:34 İkindi 16:33 Akşam 20:00 Yatsı 21:53

SEN DE YAZ

Düşüncelerinizi bizimle paylaşın.

Ziyaretçi Defteri

SON YORUMLAR

İnşallah halk Tarafından üretilip devlet...

Bunu sistemi hastaneye yazan firma bir RİZELİ ula yiğen hayırlı olsun hamakı doğru...

Rabbim yolunu açık etsin.

yaşasın zalimler için cehennem

önce sağlık çevre sağlık demek her...

Allahu tela senin gibi dürüst hocalarını...

Bizde Mal gibi 4 arkadaş birleştik köyde...

Geçen sezon VIP a kombinem bitmedi geri...

9 Ağustos Cuma günü değil Pazar günününe...

KARİKATÜR

Geçen sezon vip a kombinem bitmedi geri...

9 Ağustos Cuma günü değil Pazar günününe...

KARİKATÜR

SAYFALAR

OY KULLANDIĞINIZ SANDIKTA HANGİ PARTİ KAÇ OY ALDI BİLİYOR MUSUNUZ?

ARŞİV

15 Tem 201' Ara