

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."



Oturduğun yerden Topkapı Sarayı'nı gez

Hemen başla

Yandex



Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Bir ilişkide sevgiyi devam ettiren karşılıklı uyum ve saygıdır. İşte Aikido felsefesini benimsediğimizde 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 karşındakini değiştirmekten çok 'kendini değiştir dünya değişsin' anlayışını benimser. İşte ilişkilerimizde bizim de ihtiyacımız olan şey bu aslında. Kendini değiştirmek diyen Oğuzhan Ulvi Başkurt. "İşe kendimizden başlamalıyız. Yunus Emre'nin dediği gibi 'İlim 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 AIKİDOYU 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 olması, 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 vereriz. Gerçek hayatta da böyledir. Karşımızdakini değiştirmekten çok kendimizi değiştirdiğimizde dünyanın da değiştiğini gözlemleriz" ifadelerini kullandı.

"İLİŞKİLERİN İHTİYACI OLAN UYUM VE SEVGİ AIKİDO'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 benimsediğimizde mutlu ve pozitif bir insan olmak için büyük bir adım atmış oluruz. Aslında hepimiz bir bütünüň 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.

14 Temmuz 2016 Salı 14:53 - [2075635] - İHA

ETİKETLER:

Expo Çalışanlarına İftarı Yemeği
Bir Önceki Haber

Hatay'da Sahipsiz Hayvanlar Barnakla Buluşuyor
Bir Sonraki Haber

- 11:58** **GÜNDEM** **Maskesiz Takarak Eski İş Yerini Soyan Şahıs Tutuklandı**
Kayseri'de Yüzüne Taktığı Maske İle Girdiği Eski İş Yerinden 8 Bin TL Çalan Şahıs Çıkarıldığı Mahkemede Tutuklanarak, Cezaevine Gönderildi. kayseri'de 8 Temmuz'da Cırgalan
- 11:57** **Adoğ Anadolu Doğa Grubundan Gürleyik Yürüyüşü**
Sadece Türkiye'de Değil, Dünyada Eşi Benzeri Olmayan Doğası Ve Güzelliği İle Dikkat Çeken Gürleyik'e Ankara'da Doğa Grubu Karadan Yürüyüş Rotası Yaptılar. konuyla İlgili
- 11:56** **Gemlik Belediyesi İftarda Buluştu**
Gemlik Belediye Başkanı Refik Yılmaz, Belediye Çalışanlarıyla İftarda Buluştu. geleneksel Hale Gelen Gemlik Belediyesi Çalışanları İftar Yemeğinde İşçi, Memur, Müdür, Amir Ve
- 11:55** **Mardin Esnafının Yüzü Gülüyor**
Ramazan Bayramı Nedeniyle Çarşı-pazara Alışverişe Çıkan Mardinliler, Esnafın Yüzünü Güldürdü. ramazan Bayramı'na İki Gün Kala Tarihi Mardin Çarşısı'nda Hareketlilik Arttı.
- 11:55** **Kuşadası Belediyesi Oda Orkestrası 24 Temmuz'da İlk Konserini Verecek**
Kuşadası Belediyesi Bünyesinde Oda Orkestrası Kuruldu. aydın Adnan Menderes Üniversitesi (Adü) Devlet Konservatuarı İle Yapılan İşbirliği Doğrultusunda Kurulan
- 11:55** **Kurtardıkları Kargayı Tedavi Ettiler**
Eskişehir'de İtfaiye Ekipleri, Kurtardıkları Bir Karganın Ayağının Kırık Olduğunu Fark Edince İlk Tedavisini Yaptılar. alınana Bilgiye Göre, Vişnelik Mahallesi'nde Bulunan Bir Apartmanın
- 11:55** **Konak Belediye Personeline Tetanos Aşısı**
Konak Belediyesi, Sahada Görev Yapan Çalışanlarının Meslek Hastalıklarından Korunmaları Amacıyla Tetanos Aşısı Yaptırdı. konak Belediyesi, Sahada Çalışan Personellerin
- 11:55** **Şeker Üreticilerine Bayram Denetimi**
İzmit Belediyesi Ekipleri, Kent Genelinde Şekerleme Ve Çikolata Satışı Yapılan İşyerlerini Denetledi. izmit Belediyesi Ruhsat Ve Denetim Müdürlüğü Ekipleri, Kocaeli Büyükşehir
- 11:55** **Diyarbakır Emniyeti'nden Bayram Tedbirleri**
Diyarbakır Emniyet Müdürlüğü'nce, Ramazan Bayramı Nedeniyle Bir Dizi Emniyet Tedbiri Alındı. konuya İlişkin Emniyet Müdürlüğü'nden Yapılan Açıklamada, Halkın Yoğun
- 11:54** **Batman'da Üç Yaşındaki Çocuğa Motosiklet Çarptı**
Batman'da Kapının Önünde Oyun Oynayan Üç Yaşında Kız Çocuğuna Motosiklet Çarptı. edinilen Bilgiye Göre Olay, Aydınlık Evler Mahallesi'nde Meydana Geldi.

GÜNÜN ÖNEMLİ MANŞETLERİ

Ahmet Hakan'dan DEVLET BAHÇELİ'Yİ Kızdıracak 2 Soru!

Can Dündar'dan Erdoğan'a hadiri meydan: Bu suçu işleyen, bedelini ağır ödeyecek

HDP miting'i saldırısının faili: Ailem Alevi, düğüne gitmem, Türkiye'deki imamin arkasında namaz kılmam

SICAKLARDA BU BELİRTİLERE DİKKAT!

- Fazla Kilo ve Göbek
- Aşırı Yeme Doymama
- Şişkinlik ve Gaz
- Kabızlık

Dikkatle Oku ve Ne Yapmalısın Öğren

Dondurma çubuğu üreten bedavacı çete yakalandı!

LGBT'iler aşkı isyana katıp bir kez daha 'onur'ları için yürüyor: Neredesin aşkım?

SON DAKIKA
Kobani'de kontrol yeniden YPG'de

Polis, karakol bahçesindeki köpeği kurşulandı, görmedim dedi

HDP: El Kaide, IŞİD ve destekçileri izole edilmeli ve yargılanmalı

Demirtaş'a 'Elhamdülillah Müslümanım' dedirten zulüm!

TEOG sonuçları pazartesi açıklanıyor

Silahlar Türkmenlere değil, El Nusra, IŞİD bölgesine gitti

Kobani'de IŞİD'le 7 ay komşuluk

SON DAKIKA
Fenerbahçe'de Emre Belözoğlu dönemi sona erdi

Pervin Buldan, a Sordular ABDULLAH ÖCALAN' mı ? CUMHURBAŞKANLIĞI' mı ? Hangisini Tercih Etti Sızce ?

Fuat Avni'den bomba operasyon iddiası!
Fuat Avni: Medya, emniyet ve yargı mensuplarının da olduğu yaklaşık 200 kişi gözaltına alınacak!

İstanbul

- Bakırköy
- Beşiktaş
- Arnavutköy
- Fatih
- Kağıthane
- Sarıyer
- Zeytinburnu
- Güngören
- Bağcılar
- Başakşehir
- Esenyurt
- Adalar
- Kadıköy
- Pendik
- Üsküdar
- Maltepe
- Çekmeköy
- Büyükdere
- Silivri
- Sultanbeyli
- Bayrampaşa
- Beyoğlu
- Eyüp
- Gaziosmanpaşa
- Küçükçekmece
- Şişli
- Avcılar
- Bahçelievler
- Esenler
- Beylikdüzü
- Sultangazi
- Beykoz
- Kartal
- Ümraniye
- Tuzla
- Ataşehir
- Sancaktepe
- Çatalca
- Şile

HABERFX
HABERDE EN ÖNDE!
google.com/+HaberfxNetCom
Takip et +1
+ 687
Takip et: @haberfxcom
Arkadaşların arasında bunu ilk beğenen sen ol