

AIKIDO İKİLİ İLİŞKİLERE REHBER OLUYOR

14.07.2015 14:53

Tweet Follow

İSTANBUL (İHA) - 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 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 Dünya Değişsin" 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 '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 çalıştırarak zihnimizi geliştirebileceğimiz, diğer insanlarla spor yaparak onları daha iyi anlayabileceğimiz bir disiplin" şeklinde konuştu.

"SABIR AIKIDOYU MÜKEMMEŞTİRİR, İLİŞKİYİ SAĞLAMLAŞTIRIR"

Kadın-erkek ilişkisinde önemli bir eksik olan sabırın, 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 katılabilecektir. Aynı aikidodaki çalıştığımız partnerimize saygılı olmamız gibi eşlerin de birbirlerine saygı duymaları problemlerini 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 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 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.

YORUMLARINIZ

Henüz bir yorum yapılmamış.

Bu sayfaya yorum yazarak tarihe not düşün.

İLGİLİ HABERLER



İBB'den plaj temizliği
14.07.2015, 17:20



Dışişleri, nükleer müzakerelerin sonucundan memnun
14.07.2015, 16:49



Maltepe'de feci kaza: 1 ölü, 1 yaralı
14.07.2015, 16:33



Ordu-Giresun Havalimanı'nda uçuş trafiği yoğun
14.07.2015, 16:27



Şike hükümlüsüne tahliye
14.07.2015, 15:05



Osmaniye'de vahşet
14.07.2015, 14:06



Gaziantep'te kaza: 3 ölü, 13 yaralı
14.07.2015, 13:48



9 terörist teslim oldu
14.07.2015, 13:32



Başkale'de mahsur kalan 101 sığınmacı
Mehmetcik kurtarıldı



İstanbul'da bayram önlemleri
14.07.2015, 12:48



İDO, engelli vatandaşları ücretsiz taşıyacak



Lice'de 206 bin 500 kök Hint kepevi ele

Günün tüm haberleri için tıklayın.

Reklam vermek için tıklayın

SON DAKİKA

- 17:10 **GİRAY KAÇAR, GÖZTEPE'DE**
- 17:08 **SURİYE'DEN TÜRKİYE'YE GEÇMEYE ÇALIŞAN BİN 31 KİŞİ YAKALANDI**
- 17:07 **KOSOVA BAŞBAKANLIĞI ÖNÜNDE SÜTLÜ EYLEM**
- 17:06 **PATLAYAN TELEVİZYON NEDENİYLE YANGIN ÇIKTI**
- 17:04 **KARAYOLLARI'NDAN BAYRAMDA EK ÖNLEMLER**
- 17:01 **VALİLİK'TEN 'KÖPRÜ' AÇIKLAMASI**
- 17:00 **ARAÇ KIRALAYIP DİLENMEYE GELDİLER**
- 17:00 **ANNESİNDEN HELALLİK İSTEYİP YAŞAMINA SON VERDİ**

SOSYAL MEDYAYA HABERX

Follow

14.07.2015, 13:01



Bayram trafiğine dikkat 14.07.2015, 10:03



Yurtta Kadir Gecesi coşkusu 14.07.2015, 09:13

götürüyor 14.07.2015, 11:59



İzmir'deki fabrika yangını 14.07.2015, 09:09

geçirildi 14.07.2015, 10:39



Yurtta Hava Durumu 14 Temmuz 14.07.2015, 09:02