



FOTOĞRAF

VIDEO

ANKETLER

ÖNEMLİ TELEFONLAR

Haber ara

ANASAYFA

ASAYİŞ

DÜNYA

EKONOMİ

GENEL

MAGAZİN

POLİTİKA

SPOR

YEREL

Son Dakika

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 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 Dünyan 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 çalıştırırken 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 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 veririz. Gerçek hayatta da böyledir. Karşımızdakini değiştirmekten çok kendimizi değiştirdiğimizde dünyanın da değiştiğini gözlemleriz" ifadelerini kullandı.

"İLİŞKİLERİN İHTİYACI OLAN UYUM VE SEVGİ AIKIDO'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

Çok Okunanlar



ACI HABER BU SABAH GELDİ! TAM 15 KİŞİ HAYATINI...

Güne Manisa'dan gelen bir facia haberiyle başladı...



ÖZEL PARK YERİ AYIRAN İŞYERİNE POLİSTEN 318...

Manisa İl Emniyet Müdürlüğü'ne bağlı Trafik...



MANISA'DA 19 YAŞINDAKİ KIZ HAYATINI KAYBETTİ...

Manisa'nın Demirci ilçesinde Fatma Yalçın (19)...

YAZARLAR



A. ORKUN DİLBER

BEDESTENDEN NİKAH SALONUNA



Adem ŞAHİN

7 HAZİRAN 2015 MANISA MİLLETVEKİLİ LİSTESİ BELLİ OLDU



Begüm İpek Pilgiz

SEÇİLMEK İSTİYORUM



CIHAN CİÇİK

Ağrı ve Halsizlik Deyip Geçmeyin: Fibromiyalji



Doç. Dr. SELMA TOSUN

HEPATİT B VE HEPATİT C TETKİKİ



çalışalım. Mutluluğun sırrı Aikido'da saklı" şeklinde konuştu.

Haber Tarih Saat : 2015-07-14 14:53:54



İl Seçiniz: MANISA
Sıcak Gündüz Gece

manisagundemi.com
twitter'da Takip et

KONUK YAZAR

Şehzadeler'de Kadir Gecesi Coşkusu
Şehzadeler Belediyesi ile Manisa İlçe Müftülüğü tarafından Hatuniye ve ...

Yüzme Kursuyla Hayata Tutunuyorlar
Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nce düzenlenen yaz etki...

Başkan Yaralı İftar Verdi
Saruhanlı Belediye Başkanı Dr...

Cinayet Zanlısı Salihli'de Yakalandı
Kırşehir'in Çiçekdağı ilçesinde, tartıştığı komşusunu öldürdü...

Protokolün Hurlmaları Engelli Tuğbanur Karakaş'tan
Manisa Valiliği öncülüğünde hayırseverlerin katkılarıyla düzenlenen ...

Yardım Eli Bir İhtiyaç Sahibine Daha Uzandı
Turgutlu Belediye Başkanı Turgay Şirin, hayırsever Akın Arasan tarafından ...

Kamu Personeli Arife Günü Yarım Gün İdarî İzinli Sayılacak
Manisa Valiliği tarafından yapılan yazılı açıklamada 16 Temmuz Perşembe ...

Engelini Aşan Milli Yüzücünün Hedefinde Dünya Şampiyonluğu Var
AK Parti Manisa Milletvekili Doç...

Kırkağaç'ta Üreticinin Yüzünü Güldüren Hizmet
Manisa Büyükşehir Belediyesi, Kırkağaç'ta Karakurt Mahallesi'nde atıl...

Şapçı'dan Önemli Açıklamalar
Yeni sezon hazırlıklarını Bolu'da sürdüren Manisa Büyükşehir Belediye...

ATSO'dan 3 Bin Kişilik İftar
Akhisar Ticaret ve Sanayi Odası geleneksel olarak düzenlediği iftar programı...

Yunus Emre Türbesi Büyükşehir'le Yenilenecek
Manisa Büyükşehir Belediyesi ve Kula Belediyesi tarafından düzenlenen Yunus...

Yunus Emre Gönül Sofrası, Kadir Gecesi'nde 7 Bin Kişiyi Ağırladı
Manisa'nın Kula ilçesinde, Yunus Emre'nin diyarı Emre Mahallesi, Kadir Ge...

İftar Vakti Büyük Acı
Manisa'nın Selendi ilçesinde, iftar saatine yakın otomobilin çarptığı b...

Spor Toto 3. Lig
Spor Toto 3...

Şigarayı Bırakmada Yüzde 87 Başarı
Yunusemre Toplum Sağlığı Merkezi Başkanı Uzm...

El İlanlarıyla Esnafa Destek Çağrısı
Sarıgöl Esnaf ve Sanatkarlar Odası Başkanlığı tarafından hazırlanan ...

Sarıgöl Belediyespor Transfere Doymuyor
Manisa Süper Amatör Liginde mücadele veren ve sezona şampiyonluk parolası i...

ANKET

YENİ HÜKÜMET SİZCE HANGİ PARTİLER ARASINDA KURULMALI

AK Parti - CHP
 AK Parti - MHP
 AK Parti - HDP
 CHP - MHP - HDP
 CHP - MHP (HDP Dışarıdan destekli)
 CHP - HDP (MHP Dışarıdan destekli)
 CHP (MHP - HDP Dışarıdan destekli)
 Yeniden Seçim

OY VER **SONUÇLAR**

YAYIN İLKELERİ | KULLANIM SÖZLEŞMESİ | REKLAM | KÜNYE | İLETİŞİM



Yerel Gazeteler

Denge Gazetesi
Okyaz Gazetesi
Manişet Gazetesi
Gündem Gazetesi

Ulusal Gazeteler

Zaman
Sabah
Posta
Fanatik

Web Master

OYUNCAK
erkek pantolon
Site ekle
İletişim

Diğerleri