

Aikido İkili İlişkilere Rehber Oluyor



Paylaş

Tweet

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 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 AIKIDUYU 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 gözlemliyoruz" ifadelerini kullandı.

"İLİŞKİLERİN İHTİYACI OLAN UYUM VE SEVGİ AIKIDO'DA SAKLI"

Oğuzhan Ulvi Başkurt, "Aİ" 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 bütünlük yani sevginin parçalarıyız. Birseyleri 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.

Etiketler: Aikido İkili İlişkilere Rehber Oluyor Rehber

Facebook'ta Paylaş

Tweetle

Google+ Paylaş

LinkedIn'de Paylaş

Site Yorum

Facebook Yorum

Bir yorum bırak

Tweet



Ak Partili Vekilden Hdpye Eleştiri



Kosova Başbakanlığı Önünde Sütü Eylem



Foça Bayram Konserleriyle Renklenecek



Gaziantep'te Sanayiciler Öne Çıkmaya Devam Ediyor



Hemşireler Kadro Dudasına Çıktı



Spor Haberleri

SON DAKİKA

- > FENERBAHÇE KAFİLESİ SIVASA GELDI
- > KOSOVA BAŞBAKANLIĞI ÖNÜNDE SÜTLÜ
- > ÇANAKKALEDE 1 HAFTADA BİN
- > ANTALYADA KENDİNİ MÜFETTİŞ GIBI
- > ANNESİNDEN HELALLİK İSTEYİP YAŞAMINA
- > PATLAYAN TELEVİZYON NEDENİYLE YANGIN
- > GAÜN RUHNEVAZ MÜZİK TOPLULUĞU
- > GIRAY KAÇAR, GÖZTEPEDE
- > OBAMA: "NÜKLEER SİLAHLARA ÇIKAN
- > SOMALI İŞÇİLERİN KIDEM TAZMİNATLARI
- > İBBDEN PLAJ TEMİZLİĞİ
- > ARAÇ KIRALAYIP DİLENMEYE GELDİLER

Bunlar da ilginizi çekebilir



GAÜN Ruhnevez Müzik Topluluğu



Somali İşçilerin Kıdem Tazminatları



İbbden Plaj Temizliği



Araç Kiralayıp Dilenmeye Geldiler



Ankaradaki Sığınmacılara Ramazan Bayramı



Doğu Ve Güneydoğu Anadolu



(Özel Haber) Mezunları Hemen



Diyarbakırda 33 Yıl Önceki



6 Ayda 6 Bin



Boluda Evin Bahçesinde Yılan



Aştide Bayram Yoğunluğu Başladı



Selçuklular Unesco Sevincini Konserle



Ytü Davutpaşa Kampüsü Camii



Mustafa Demir: "Barınak Baskını



Suriyeliler Öncüpinarda Yoğunluk Oluşturdu



Rizede Asrın Bitkisi Üretildi



Suriyeye 2 Bin 400



Antakya Medeniyetler Korosu Yunanistanda



Yazgan: "uygurlar Öz Topraklarında



Mevsimlik İşçi Çocuklarına Sağlık

Birde bunlara bakın

- Kamyonet Polis Aracına Çarpıtı: 3 Yaralı
- Heyelan Sebebiyle İçinde İki Kişi Bulunan Kamyon 70 Metreden Uçuruma Yuvarlandı
- Adile Naşitin Eşi Cemal İnce Vefat Etti
- İspanyada Gündem Neymar
- Gtsodan Uygulamalı Girişimcilik Eğitimi
- Motosikletten Uçan Sürücünün Burnu Bile Kanamadı
- Tofaş Ligde Kalmak İçin Oynayacak
- Trt Radyo Çalışanı Odasında Ölü Bulundu
- Galatasarayda Herkes Golcü
- Tatlısesten Kayaya Moral Desteği
- İndir.com Mobil Uygulama Ödülleri Sahiplerini Buldu
- Antalyada Dalış Faciası
- Boluda Doğu Türkistanda Ölenler İçin Gıyabi Cenaze Namazı Klindi
- İrem Derici Bozüyükte Sahne Alacak
- Seçim Yaklaştıkça Başkanlık Sistemi Tartışmaları Artıyor
- Kanserde Doğru İlaçla Etkin Tedavi Dönemi
- Suriyeden Gelen Filistinlilerin Sıkıntıları
- Spor Toto 3. Lig
- 'Kayıp Mali Müşavir Cinayeti Davasında Eşe Ve Sevgiliye Ömür Boyu Hapis İstemi