

**BİLGİ**  
**Tercih**  
**Günleri**santralistanbul  
Kampüsü26 Haziran -  
15 Temmuzİstanbul Bilgi Üniversitesi  
444 0 428 [tanitim.bilgi.edu.tr](http://tanitim.bilgi.edu.tr)**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.

2 saat önce



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 'ilim ilim bilmektir, ilim kendin bilmektir'. Kendimizi çok iyi tanimalıyız. 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 MÜKKEMMEŞTİRİR, 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 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 bütünü'n 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. - İSTANBUL

**Köpeğin Isırdığı Çocuk Gözünü Kaybetti****BİLGİ Tercih Günleri**  
santralistanbul Kampüsü  
26 Haziran -15 Temmuz**BİLGİ**  
**Tercih**  
**Günleri**santralistanbul  
Kampüsü26 Haziran -  
15 Temmuzİstanbul Bilgi Üniversitesi  
444 0 428 [tanitim.bilgi.edu.tr](http://tanitim.bilgi.edu.tr)

17:14

RTÜK'ün Yeni Üyeleri  
Beli Oldu

17:02

11. Kata Çıkıp İntihar  
Etmek İstedik, Ortalığı  
Ayağa Kaldırdı

16:31

Davutoğlu'dan  
Dershane Yorumu:  
Eğitim Politikalarını Siyasi  
İrade Belirler

15:54

Davutoğlu: Bahçeli  
'Hükümet Ortağı  
Olmayacağız' Dedi

15:34

Minibüs Tarayan  
PKK'lıların Konuşmalarını  
Deşifre Oldu

15:30

Maltepe Sahilyolu Savaş  
Alanına Döndü: 1 Ölü 1  
Yaralı

5  
6**Zonuklar Sona Eriyor!**

Son Dakika » Güncel » Haber [7508671]Haber Yayın Tarihi: 14.07.2015 14:59:00 İHA

## YORUMLAR

Yorum yazın

Adınızı yazın

Yorumu Gönder

İstanbul, İstanbul, Huzur, Japon

15:00

Tarihî Yarınada İçin  
İdare Mahkemesi'nden  
Uyanı Niteliğinde Karar

14:48

Obama: Böyle Anlaşma  
Dostlarla Yapılmaz

14:46

İŞİD, Türkiye'yi Tehdit  
Etti: Karşılığını Veririz

14:39

Yaşta Takımların Emekli  
Olabilmesi İçin Kanun  
Teklifi Meclise Sunuldu

14:37

HSYK 2. Dairesi, 49  
Hakim ve Savcuyu Ağığa  
Aldı

14:34

Kilosu 5 Bin Lira Olan An  
Sütüne Yoğun Talep

14:18

Bruma Sociedad'a  
İmzayı Attı

14:07

İttihak Ürünü Hakkında  
Gecesi Yapılgı Paylaşım  
Tartışma Yarattı

13:52

İran ile Varılan Nükleer  
Anlaşma Türk  
Ekonomisini de  
Uçuracak

13:46

Barcelona'da Forma  
Giyen İlk Türk Seyit  
Cem Ünsal'mış

13:33

Plakaya Kesilen Cezalar  
İptal Edilebilecek

13:11

Migros Satışı, Tuborg'un  
Şikayeti Yüzünden  
Aylardır Beklemiş

12:55

Harika Avo'nın Eşi:  
Kıvrana Kıvrana  
İdrarından Kan Geldi

12:50

NTV Spikeri  
'Schweinsteiger'  
Kelimesini Söyleyemedi

12:48

Teröristler Yol Kesip İş  
Makinesi Yaktı

12:31

Kürtler Adına Savaşan  
İsraili Kadın, Ülkesi Söz  
Konusu Olunca Geri  
Döndü

12:30

Yeni Gelin Sertab Erener  
Saatlerce Bakım Yaptırdı

12:16

Ormanlık Alanda Fuhuş  
Yapan Kadın Gözaltına  
Alındı

12:12

200 Kadın, 2 Bin Haneli  
Kasabanın Elektrik  
İhtiyacını Sağlıyor

11:58

Kurban Kesmeyi İŞİD'e  
Benzeten Leman Sam  
Beraat Etti

11:39

Şırnak'ta 8 PKK'lı Teslim  
Oldu, Rakam 784'e  
Yükseldi

11:14

İŞİD'in Son Katliamı:  
104 Kadına Sünnet

11:07

Fulya Zenginler, Dizisi

10:51

Yeşim Salkım ile Hakan Eratik Çifti Boşandı

10:45

Vatandaş İçin Borç Krizi Kapıda

10:29

Restoran İşğinde Ödev Yapan Çocuğun O Fotoğraftan Sonra Hayatı Değişti

08:14

Oyuncu Gülcan Arslan 3 Bin Liraya Çardak Kiraladı

08:00

Kenan İmirzaloğlu'ndan Sinem'e: Sen Hemen İçeri Gir

07:40

2. Kez Fırar Eden Uyuşturucu Baronunu Bulana 3.8 Milyon Dolar

07:34

PKK'lı Karaylan: Çekilmekle Safık Ettik, HDP Daha Aktif Olabilirdi