



ŞENCEL, Sertan (4.Kyu)

İstanbul Teknik Üniversitesi Elektrik Elektronik Fakültesi

BARIŞ ve UZLAŞMA YOLU AİKİDO

11 Ocak 2007

Dışardan bakıldığında belki sıradan bir uzak doğu sanatı olarak görülebilir. Belki kavgacı insanlar için uygun olan yeni dövüş teknikleri olarak da sanılabilir. Hatta Aikidonun da diğer savunma sanatları gibi esas amacının zarar vermek olduğu dahi söylenebilir. Ancak bu sporla uğraşmayan çoğu kimse aslında vurmayı, tekme atmayı öğrenmediğimizi bilmez. Aikido'yu diğer sporlardan fiziksel anlamda ayıran en büyük özelliği bu. Önemli olan karşıdakine en fazla nasıl zarar vermek değil, başka çare kalmadığında ancak en az zararlı durumdan kurtulabilmektir. Hatta karşıdaki saldırganı dahi en az zararlı etkisiz hale getirmeye çalışmaktır Aikido.

Tekniklerin akışı aslında hayatın akışı gibidir. Bazen nasıl ani kararlar vermemiz gerekiyorsa , tekniklerin akışı sırasında da ani kararlar vermeli iç güdüsel olarak hareket etmeliyiz. Aikido çalışmalarında yapılan tekniklerin fiziksel bazı etkileri vardır. Sürekliliği halinde vücudun sürekli zinde kalması, esnekliğini kaybetmemesi ve ani oluşabilecek bir darbe anına karşı hazırlıklı olmak olarak sayılabilir. Bu nedenden dolayı çok ileri yaşlardaki insanlar Aikido ile ilgilerini kesmemekte, bu nedenle bu spor ömür boyu yapılan bir yol olarak adlandırılmaktadır.

Aikido, fiziksel olduğu kadar aynı zamanda ruhsal da bir yolculuktur. Hayatın sonuna kadar bu tekniklerle uğraşmanın elbette ki fiziksel etkileri dışında nedenleri de vardır.Uzlaşma, barış ve başarının yoludur aslında Aikido. Aikido, aslında içinde barındırdığı felsefe nedeniyle dünya barışını hedefler. İnsanları bir ailenin fertleri gibi aynı çatı altında toplar, kaynaşmalarını sağlar, zorluklara beraber göğüs germelerinde ve bu sayede birlik olup kenetlenmelerinde yardımcı olur .Kurucu'su Morihei Ueshiba'nın da söylediği gibi "uzlaşma ve barışın büyük yoludur ki o yolda pusulanın gösterdiği yön, tüm dinlerin cennet olarak tanımladığı yüce evrendir." Bu yolda yürümekte aikido çalışmalarını sürekli kılmakla mümkün olabilir. Hepimizin ulaşmaya çalıştığı nokta uzlaşma ve barış yolu olmalıdır.

Aynı şekilde aikido sayesinde hayatımızı nasıl düzene sokacağımızı öğreniriz.Dojo ya girişten çıkışa kadar ki tüm bu uyulması zorunlu kurallar, disiplin sayesinde insan günlük hayatında da benzeri bir disiplin sağlayarak daha da başarılı olabilir. Ayrıca önemle belirtmek istediğim nokta aikido çalışmalarında beraber çalıştığımız

arkadaşların hayatlarının bize emanet edilmiş olmasıdır. En ufak bir dalgınlık karşımızdaki arkadaşımıza zarar verebilir. Kendi egolarımız ya da tekniksel yetersizliklerimiz güç kullanmamıza yol açmamalıdır. Aksi takdirde bu beraber çalıştığımız arkadaşımıza zarar vererek sonuçlanabilir ki bu ne felsefemizle ne de yaptığımız disiplinle uyuşmayan sonuçlardır. Dolayısı ile mutlaka çalışmalar sırasında tam konstantre olmalı, kesinlikle kendi egolarımızın esiri olmamalıyız.

Unutmamalıyız ki aikido bir hayat yoludur, bir barış ve uzlaşma yoludur. Bu yolda ilerlerken hayata bakış açımızın, vücut koordinasyonumuzun, hatta hayat felsefemizin de değiştiğini ilerlediğini geliştiğini göreceğiz. Önemli olan tüm insanların barış ve mutluluk içinde yaşayabilmesidir. Önemli olan insandır.