

AIKIDO *bilten*

合氣道

Aikido federacija Srbije - Aikikai Srbije

120 godina od rođenja O senseja



1883 - 2003.

Morihej Uešiba

合氣道
aikikai®
SRBIJE

3

MAJ 2004.

Aikikai Srbije
Aikido federacija Srbije
Gradski park 2 11080 Zemun
Serbia
aikikai@beotel.yu

Ispiti za dan i kyu

2003. god.

NIŠ, 09/01/2003.

AK "I.K.E.D.A."
Igor Strahinić

Nemanja Tošić	10 ^o KYU
Miloš Marković	10 ^o KYU
Andrija Ivković	10 ^o KYU
Milan Živanović	10 ^o KYU
Luka Stevandić	10 ^o KYU
Damijan Lepojević	8 ^o KYU
Aleksandar Čokrev	7 ^o KYU
Uroš Živković	7 ^o KYU

BEOGRAD, 22/03/2003.

AK "011"
Saša Obradović

Uroš Stoiljković	6 ^o KYU
------------------	--------------------

BEOGRAD, 22/03/2003.

AK "DAITOKAN"
Saša Obradović

Pavle Vuisić	5 ^o KYU
Srđan Stanković	5 ^o KYU
Aleksandar Punoš	2 ^o KYU

ZEMUN, 22/03/2003.

AK "ZEMUN"
Saša Obradović

Strahinja Šahović	8 ^o KYU
Stefan Milojković	8 ^o KYU
Dragan Filipović	8 ^o KYU
Nemanja Ristić	8 ^o KYU
Mihajlo Milošević	7 ^o KYU
Dušan Milošević	7 ^o KYU
Dušan Arsević	6 ^o KYU
Katarina Dakić	5 ^o KYU
Irina Kulić	5 ^o KYU
Igor Živković	5 ^o KYU
Radosav Dakić	4 ^o KYU
Aleksandar Pavlović	3 ^o KYU

ZEMUN, 19/04/2003.

MEĐUNARODNI SEMINAR
Philip Smith

Milan Dukić	1 ^o DAN
Jelena Drvendžija	1 ^o DAN
Aleksandar Nikolić	1 ^o DAN

BEOGRAD, 21/04/2003.

AK "ARENA"
Nebojša Oklobdžija

Vasilija Kićović	8 ^o KYU
Miloš Đorđević	8 ^o KYU
Igor Popadić	8 ^o KYU
Marko Čaković	4 ^o KYU

BEOGRAD, 22/04/2003.

AK "SHIN KEN"
Novak Jerkov

Miloš Marković	7 ^o KYU
Novak Vujičić	7 ^o KYU
Jasmina Kostadinović	6 ^o KYU
Aleksandra Bradić	6 ^o KYU
Aleksandra Mikan	6 ^o KYU
Aleksandar Perać	6 ^o KYU
Igor Gvozdić	5 ^o KYU
Tamara Drljević	3 ^o KYU

NIŠ, 07/05/2003.

AK "I.K.E.D.A."
Igor Strahinić

Luka Stevandić	9 ^o KYU
Katarina Bačević	9 ^o KYU
Milan Živanović	9 ^o KYU
Nemanja Tošić	9 ^o KYU
Stefan Stevanović	7 ^o KYU
Strahinja Milovanović	5 ^o KYU
Ivan Mitić	5 ^o KYU
Ivana Đorđević	3 ^o KYU
Srđan Đorđević	6 ^o KYU
Aleksandar Čokrev	6 ^o KYU
Uroš Živković	6 ^o KYU
Marko Jeremić	6 ^o KYU
Jana Rakić	6 ^o KYU
Mirko Tasić	6 ^o KYU
Miloš Anđelković	5 ^o KYU

ČAČAK, 07/06/2003.

AK "ARENA"
Nebojša Oklobdžija

Goran Jovačević	6 ^o KYU
Radoje Matijević	6 ^o KYU
Vesna Miletić	6 ^o KYU
Snežana Babić	6 ^o KYU

ZEMUN, 10/06/2003.

AK "ZEMUN"
Saša Obradović

Mihajlo Milošević	6 ^o KYU
Dušan Milošević	6 ^o KYU
Filip Janković	6 ^o KYU
Srđan Gavrić	6 ^o KYU
Snežana Petrović	5 ^o KYU
Aleksandar Stupar	5 ^o KYU
Mihajlo Kulić	5 ^o KYU
Olivera Ivanović	4 ^o KYU
Vanja Kaluđerović	3 ^o KYU
Nenad Antanasijević	3 ^o KYU

BEOGRAD, 12/06/2003.

AK "ARENA"
Nebojša Oklobdžija

Marija Despotović	6 ^o KYU
-------------------	--------------------

BEOGRAD, 24/06/2003.

AK "SHIN KEN"
Novak Jerkov

Miloš Marković	6 ^o KYU
Srđan Dujović	6 ^o KYU
Novak Vujičić	6 ^o KYU
Srđan Pešić	5 ^o KYU
Darko Budečević	5 ^o KYU
Martin Gvozdić	3 ^o KYU
Vlade Sataric	3 ^o KYU
Ado Budimlić	1 ^o KYU
Vladimir Radunović	1 ^o KYU
Marija Đorđević	1 ^o KYU
Nemanja Stanisavljević	1 ^o KYU

NIŠ, 30/06/2003.

AK "I.K.E.D.A."
Igor Strahinić

Svetomir Ilić	10 ^o KYU
Milan Živanović	8 ^o KYU
Nemanja Tošić	8 ^o KYU

ZEMUN, 29/07/2003.

AK "ZEMUN"
Saša Obradović

Dušan Bajagić	4 ^o KYU
Zoran Milić	3 ^o KYU

VR. BANJA, 07/08/2003.

LETNJA AIKIDO ŠKOLA
Saša Obradović
AK "I.K.E.D.A."

Suzana Rakić	3 ^o KYU
Tanja Gavrilović	2 ^o KYU
Vesna Cvetković	1 ^o KYU
Milan Bošković	1 ^o KYU
Ivan Tašić	1 ^o KYU

 od 1. januara do
31. decembra 2003. god.

BEOGRAD, 14/12/2003.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
AK "ZEMUN"
Saša Obradović

Dušan Milisavljević	8 ^o KYU
Branko Popović	6 ^o KYU
Marko Jojić	6 ^o KYU
Kanako Tsuda	6 ^o KYU
Aleksandar Sarić	6 ^o KYU
Milica Čortan	6 ^o KYU
Stefan Arsić	6 ^o KYU
Marko Petrović	6 ^o KYU
Marija Dakić	5 ^o KYU
Srđan Gavrić	5 ^o KYU
Miloš Todorović	3 ^o KYU
Radosav Dakić	3 ^o KYU
Ana Gogić	3 ^o KYU
Aleksandar Pavlović	2 ^o KYU
Ivana Kovačević	1 ^o KYU

BEOGRAD, 14/12/2003.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
AK "SHIN KEN"
Novak Jerkov

Aleksandra Jovanović	6 ^o KYU
Marko Somborac	6 ^o KYU
Ana Janković	6 ^o KYU
Radosav Lazić	6 ^o KYU
Igor Gvozdić	4 ^o KYU
Srđan Pešić	3 ^o KYU
Ana Jovanović	2 ^o KYU

BEOGRAD, 18/12/2003.

AK "ARENA"
Nebojša Oklobdžija

Adam Alić	12 ^o KYU
Ivan Vukosavljević	12 ^o KYU
Vuk Radenković	12 ^o KYU
Sara Pančić	12 ^o KYU
Aleksandar Spasojević	10 ^o KYU
Igor Popadić	7 ^o KYU
Miloš Đurđević	7 ^o KYU
Vasilije Kićović	7 ^o KYU

ZEMUN, 24/12/2003.

AK "TAURUNUM"
Ljiljana Pelegrin

Miodrag Matić	6 ^o KYU
Predrag Stojisavljević	6 ^o KYU
Dejan Santrač	6 ^o KYU
Dragoljub Korać	6 ^o KYU
Aleksandar Božić	6 ^o KYU
Maja Simić	6 ^o KYU

Saša Obradović



*u Beogradu,
decembra 2003.*

Urednik:
Saša Obradović

Saradnici:
Novak Jerkov, Kanoko Tsuda,
Dragan Antić, Tamara Drljević,
Katarina Novaković, Aleksandar Punoš,
Nebojša Oklobdžija

Saradnici iz inostranstva:
Slobodan Tabaković, Mn USA,
Dr. Mire Zloh, London, Engleska
Aleksandar Karišik, Mn USA

Dizajn, naslovna strana i DTP:
Saša Obradović

Foto slog:
"ViS studio", Beograd

Štampa:
"Graf studio", Beograd

Broj 3
tiraž 500 kom.

mart 2004.

tel. za informacije:
064 125.10.71

Sticajem okolnosti, priprema Strećeg broja časopisa je počela četiri meseca pre predviđenog perioda. Godina prebogata događajima je iza nas i pravo je vreme za rezimiranje:

Krajem februara 2003. održan je "Beogradski Black Belt Show" - velika demonstracija aikidoa i drugih borilačkih veština u organizaciji AK "Shin Ken";

Dva meseca kasnije, 18-20. aprila 2003. bio je Međunarodni aikido seminar sa Filipom Smitom senseiem. Dobili smo tri nova prva dana;

U avgustu smo proveli po mnogo čemu izuzetnu nedelju vežbajući u Vrnjačkoj Banji na II letnjoj aikido školi Aikikai Srbije;

U septembru je održan dvodnevni Instruktorski seminar sa Miretom Zlohom.

Od 13-14. decembra 2003. je održana Zimska škola AS i veliki ispit za kyu pojaseve.

U 2003. godini izašao je Aikido bilten br.2, ovaj treći broj je bio u pripremi, izdati su DivX diskovi sa Međunarodnog seminara iz aprila i sa decembarskog seminara.

O svim događajima nakon marta prošle godine kada je izašao drugi broj, uz mnogobrojne ostale sadržaje, pročitajte na narednim stranama.

Sadržaj:

<u>Polaganja za dan i kyu 2003.</u>	2
<u>Uz treći broj</u>	3
<u>Sadržaj</u>	3
<u>Novosti 2003.</u>	5
<u>Philip Smith Sensei - seminar</u>	6
<u>Letnja Aikido škola - Vrnjačka Banja</u>	8
<u>Vikend seminar - Mire Zloh</u>	10
<u>Neuvežbana Japanka pridružila se AK "Zemun"</u>	12
<u>Aikido - način života</u>	14
<u>Još malo razmišljanja o osnovnim aikido principima</u>	17
<u>Sećanje na O senseia</u>	19
<u>Intervju: William Smith - Putovanje budoke</u>	25
<u>Ukemi - Kath Davies</u>	30



Slika:
O sensei Morihei Ueshiba

www.aiki.co.yu



“ZEMUN“

SC “PINKI”, Zemun
tel: 064 125.10.71
e-mail: aikikai@beotel.yu
Saša Obradović 4° DAN

“SHIN KEN“

“Hala Sportova” N.Beograd
tel: 064 18.25.829
e-mail: shinken@beotel.yu
Novak Jerkov 4° DAN
Nebojša Oklobdžija 3° DAN

“I.K.E.D.A.“

OŠ “Ćele Kula”, Niš
tel: 064 11.62.886
e-mail: ikeda@EUnet.yu
Dragan Antić 2° DAN
Igor Strahinić 2° DAN

“TAURUNUM“

SC “PINKI”, Zemun
tel: 011 192.673
Ljiljana Pelegrin 2° DAN
Vladimir Pelegrin 2° DAN

“DAITOKAN“

OŠ “D.Obradović” Požarevac
tel: 064 191.03.04
e-mail: daitokan@ptt.yu
Aleksandar Punoš 2° KYU

“ARENA“

OŠ “M. Orešković”, N.Beograd
tel: 063 80.32.728
Nebojša Oklobdžija 3° DAN

“SENSEI“

OŠ “Car Konstantin”, Niš
tel: 064 19.42.396
Ivan Tašić 1° KYU

“TENSHIN“

Gimnazija u Pirotu, Piroto
tel: 064 19.34.445
Aleksandar Petrović 2° KYU

Novosti

NOVOSTI

2003

iz aikidoa - kod nas i u svetu



Početkom maja postali smo bogatiji za još jedan aikido DivX CD u našoj kolekciji. Na disku se nalaze snimci seminara sa Filipom Smitom i ispita održanog na njemu. Dužina trajanja filma je 1 sat i 35 minuta.

Krajem decembra završen je i disk sa Zimske škole. Trajanje diska je - 1 sat i 20 minuta.

Od septembra meseca 2003. godine u Nišu je počeo sa radom aikido klub “Samuraj”. Klub ima za sad 30 članova i uskoro će i formalno biti primljen u članstvo Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije.



Dana 11. oktobra 2003. godine umro je u Tokiju Sadateru Arikawa Shihan 9.dan. Arikawa sensei je rođen 1930. i pri Hombu dođou je od 1947. godine. Od 1959. do 1974. je bio urednik časopisa “Aiki-

do” na japanskom jeziku. Nakon smrti Arikawa senseia 9.dan kao najviši pojas u aikikai organizaciji imaju još Shigenobu Okumura i Hiroshi Tada sensei.

Od 13. do 14. decembra održana je u čast 120 godina od rođenja O senseia Zimska aikido škola Aikikai Srbije. Bilo je prisutno oko 50 učesnika i seminar je bio kruna na kraju ove izuzetne aikido godine. Pogledajte: www.aiki.co.yu.

Philip Smith sensei - seminar

Saša Obradović

Zemun, 18 - 20. april 2003.



Od 18. do 20 aprila 2003. godine u SC "Pinki" u Zemunu održan je Međunarodni uskršnji seminar sa Filipom Smitom senseiem 6.dan. Osim majstora Smita gosti su nam bili: Mike Smith 5.dan, Mire Zloh 4.dan, Mark Vanes 3.dan, Lawrence Hill 2.dan, Mark Machin 1.dan, Rob Baulk 1.dan i Chris Vanes 1.dan. Ne uzimajući u obzir Mireta koji je naš, Mark i Rob su po drugi put zaredom došli u Beograd. Biti dobar domaćin ovolikom broju izuzetno otvorenih i dobronamernih ljudi bio je mnogo

veći izazov od organizovanja samog seminara.

Treninzi su održavani u gimnastičkoj sali SC "Pinki", sigurno finom prostoru negde skraja sedamdesetih godina. Sala danas izgleda prilično propalo što i ne treba da čudi - uglavnom se koristi za mali fudbal. Ovo nije nikome naročito smetalo, ali nam je dalo dodatni motiv da sledeći seminar održimo u velikoj dvorani - neporedivo kulturnijem i većem pros-

toru za koji nas i inače vezuju lepe uspomene iz minulih godina.

Seminaru je prisustvovalo 75 učesnika iz svih klubova Aikido federacije Srbije i srodnih saveza što je za petnaest više nego na predhodnom seminaru sa William Smith senseiem juna 2002.

Na treninzima je rađeno mnogo toga, i preporučavati njegov tehnički deo ne bi imalo puno smisla. Katakatori Gyakohami, Yokomenuchi, Katatorimenuchi, Suwari waza,



Futoridori, kao i osnovne tehnike sa bokenom činile su veći deo treninga.

U subotu je održan ispit za dan pojas nakon koga smo dobili tri nova prva dana: Aleksandra Nikolića, Jelenu Drvendžiju i Milana Dukića. Moj je utisak da su bili na polaganju izuzetno korektni, a mišljenje majstora Smita se vidi u činjenici da su svi bez zamerke položili! Lirski esej o ispitu iz ugla jednog od učesnika možete pročitati na sajtu "Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije".

Nedugo nakon pisanja ovog teksta gospođica Drvendžija je, na veliko iznenađenje mnogih (moje moram da priznam, znatno manje) naprasno napustila našu organizaciju! Ovo ovom neobičnom tekstu daje još veću draž.

Mesec dana nakon seminara od materijala sa treninga izdat je, što je postala redovna praksa, CD DivX na kome se osim seminara našlo i pomenuto polaganje.

Sledeći sličan skup je planiran za

proleće 2004. godine (16.-18.aprila) kada bi trebalo da nas posete Gordon Džons sensei i Filip Smit sensei zajedno. Iz iskustva nakon ova dva protekla seminara treba očekivati bar još desetak učesnika iz Velike Britanije.

Nakon izuzetnog vikenda, sjajnog druženja i seminara ostaje nam samo da konstatujemo da O Senseijeva zamisao da aikido treba da pomogne kako bi svet postao jedna velika složna porodica neposredno pred našim očima postaje realnost.



Slike

Predhodna strana i gore: fotografija sa treninga

Levo: Kalemegdan i neposredno nakon treninga

Druga letnja škola Aikido federacije Srbije održana je od 2. do 8. avgusta 2003. u Vrnjačkoj Banji i prisustvo joj je 30 učesnika iz AK "Zemun", AK "Shin Ken" i AK "Ikeda".

II letnja aikido škola Vrnjačka Banja

Novak Jerkov



1930.



1930.



1912.



1932.

Slike gore -stare razglednice:

1930. Dvorac Beli-Marković

1930. Vila Kula

1912. Banjska reka

1932. Vila Savka

Još jedan seminar je iza nas. Vrnjačka Banja sa svojim zelenilom, domaćini sa svojom gostoljubivošću i lepo vreme sa svoje strane doprineli su da smo se svi osećali prijatno i opušteno.

Sećajući se prošlih seminara može se reći da je uvek bilo prijatnih trenutaka, ali ovaj seminar je bio takav od početka do kraja, na treningu i u slobodnom vremenu.

Boravili smo u privatnom smeštaju koji je bio bolji i konforniji nego hotelski pre par godina. Isto se može reći i za hranu u restoranu smeštenom neposredno uz sobe.

Dan je obično tekao na sledeći način: Buđenje po nahođenju, oko 8 sati; doručak oko 9, a zatim lagana šetnja do sale sa zaustavljanjem u poslastičarnici ili na kafi (ko je već nije pre doručka popio); potom trening od 10:00 do 12:00; ručak oko 14:00 nakon koga su bile slobodne aktivnosti. Slobodne aktivnosti su se najčešće sastojale od popodnevnog odmora (koji nisu čak ni stariji članovi previše koristili), pa preko šetnji i vožnji fijakerom, vožnji biciklom i kupanja i sunčanja

na nekom od dva bazena. Posle večere, oko 20 časova izlazili smo u grad.

Kafići, picerije, kafane i restorani kojih ima u izobilju bili su ove godine manje popunjeni tako da nismo morali da čekamo na slobodno mesto kao predhodnih godina. Celo mesto je odisalo mirom i tišinom čak i radnim danima. Parkovi i puno zelenila su bili pravi odmor za sve nas navikle na urbanu trku, gužvu i vreli asfalt.

Što se treninga tiče, vodili su ih naizmenično Saša Obradović i moja malenkost. Rađeni su Gyakohanmi, kata u paru sa štapom, Hanmi hantachi waza, munetori, vežbe sa mačem u paru, Ushiro katatetori kubishime . . .

I za kraj, što bi rekao Saletov brat iz Banje nakon očeve primedbe da je celu platu potrošio za jednu noć: "Ali, bilo mi je lepo!" Možda ne tako radikalno, ali kvalitet života koji živimo treba da cenimo i prema tome koliko lepih trenutaka umemo da priuštimo sebi. Ovaj seminar nije bio trenutak - trajao je sedam nezaboravnih dana!



*Slike
Strana 8 gore i 9: fotografija sa
treninga, pre i nakon njega.*

2003.



Dana 31.oktobra i 1.novembra 2003. održan je dugo najavljivani Instruktorski seminar Aikikai Srbije. Bilo je prisutno 55 učesnika, iz Zemuna i sa Novog Beograda.

Seminar Mire Zloh

Saša Obradović



Seminar je zamišljen kao instruktorski, ali je okupio učesnike svih pojaseva. Pošli smo od ideje da njime treba da se što više članova informiše, koliko je to moguće ovako kratkim kursom, sa načinom kako se aikido podučava u okviru UKA.

Treninzi su bili podeljeni na one namenjene svim učesnicima i na treninge za učesnike sa pojasmom iznad 3. kyu-a.

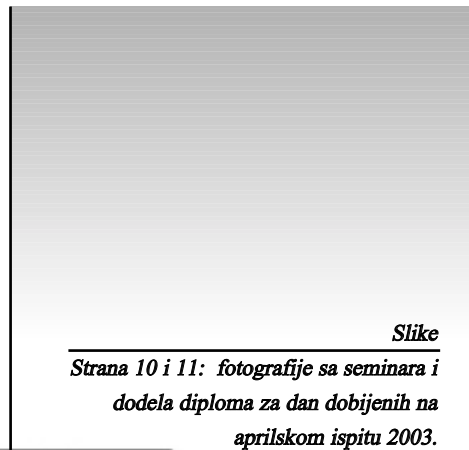
Inspirativnim treninzima, u petak uveče i u subotu pre podne Mire nam je preneo na šta se stavlja akcent na zagrevanju, istezanju, izvodenju tehnika i vežbanju uopšte. Slično iskustvima u drugim sportovima, u UKA su napravili analizu povreda nastalih usled nepriлагоđenih vežbi zagrevanja i skrenuli su pažnju na moguće rizike od povreda kod pojedinih vežbi snage. U načelu - nemojte nezagrevanog tela raditi vežbe istezanja i izbegavajte savijanja sa malom amplitudom zglobova! Posebno oprezan treba biti pri radu sa decom - određene poluge se u mlađem uzrastu uopšte ni ne praktikuju!

Mire je učesnike seminarara podsetio na princip koji su mnogi zaboravili, da se tehnike rade na treningu na način kako su pokazane. Da li će biti naknadno prihvaćene - to je na svakom pojedincu da sam odluči. Učiti otvorenog uma i bez sujete je zapravo i jedini metod za napredovanje. Bilo su to jako poučni časovi.

U subotu pre podne uručene su diplome za dan sa predhodnog polaganja održanog aprila meseca 2003. godine.

Zakazali smo naredni susret za proleće kada nas, ako se planovi realizuju, očekuje seminar sa nekoliko Šidoina United Kingdom Aikikaia (U.K.A.) i ako majstoru zdravlje dozvoli, sa Vilijemom Smitom Šihanom - tehničkim direktorom Aikikai Srbije.

Hvala Miretu na velikom naporu da ogromnu materiju sažme u predavanje od svega četiri treninga koliko smo imali na raspolaganju i da je, što je i nježe, učini svima razumljivom.



*Slike
Strana 10 i 11: fotografije sa seminara i
dodela diploma za dan dobijenih na
aprilskom ispitu 2003.*



Neuvežbana Japanka pridružila se aikido klubu "Zemun"

Kanoko Tsuda



Dobar dan! Ja sam Kanoko i dolazim iz Japana. Ja sam došla u Beogradu sa moj muž u Decembar 2001. Ja sam učila Srpski ali to je vrlo zametan. Moja ćerka je rođen u Zvezdara bolnica. Sada ona ima još jedan godina i Ja mogu da dođem u Aikido. Ja sam počela Aikido u Septembar 28, 2003 i ja se zadovoljim to mnogo.

*prevela sa engleskog:
Tamara Drljević, dipl. japanolog*

Uhhh. To je otprilike sve što umem da kažem na srpskom. Pre nego što sam došla ovde, moje znanje o aikidou bilo je veoma ograničeno. Zbog toga sam bila prilično zbunjena oko načina kretanja na svom prvom treningu. Jedino što sam mogla da razumem bili su oni tehnički termini poput "kotegaeshi", "irimi", ili "ten-kan", ali izuzev toga uopšte nisam imala nikakvu predstavu o tome šta je sensei Saša govorio. Ali uz postupna uputstva senseija Saše i drugih iskusnijih vežbača, postepeno sam počela bolje da razumevam neka kretanja.

Pošto sam rođena i odrasla u Japanu, imam neke opšte predstave o tome kako aikido ili neke druge borilačke veštine izgledaju u Japanu. Samo sam jednom gledala aikido prikaz na koledžu, tako da ne mogu da generalizujem svoje komentare vezane za aikido treninge u Zemunu. Ali, volela bih da iznesem neka svoja zapažanja. Moj prvi utisak o članovima aikido kluba bio je veoma prijatan: ponašali su se prijateljski i trudili se da me uključe u zajednicu. Sensei Saša i ostali članovi kluba mnogo su mi pomagali i pokazivali stavove i načine kretanja.

Drugo, osetila sam njihovu strast prema aikidou. Bila sam iznenađena i zadivljena činjenicom da neki članovi kluba iako mladi po godinama, vežbaju duže od 10 godina. Verujem da ih je njihova strast nag-

nala da nastave da se bave aikidoom. Čak i oni koji vežbaju manje od 10 godina izvode tehnike sigurno i sa samopouzdanjem. Mnogi su mlađi od mene, ali izgledaju kao da su mojih godina ili stariji od mene. Verujem da je ovo stoga što aikido razvija ki (ili chi) vežbača. Treće, primetila sam neke bele uniforme. Ljudi ovde koriste reč "tatami" za strunjače a "kimono" za bele uniforme. Za Japance, "tatami" označava madrac/prostirku od upletene i čvrsto sabijene slame a "kimono" je japanska tradicionalna nošnja. Belu uniformu za aikido japanci zovu "Do-gi". "Do" znači telo a "gi" je sonantni oblik reči "ki", što je imenički oblik od glagola "kiru" koji znači "nositi". Ali ovdašnje aikidoke drugačije koriste ove termine što meni uopšte ne smeta. I na kraju, nisam osetila nikakvu takmičarsku borilačku energiju u dojo-u i osećam se dobro ili čak mnogo bolje nakon treninga. Bila sam iznenađena kada sam čula da se i drugi članovi kluba podjednako dobro osećaju.

Pitala sam se zašto aikido čini da se vežbači osećaju dobro. To je stoga što aikido pomaže da se uravnoteže um i telo. Međutim, postoje i drugi sportovi ili vežbe koji promovišu veštinu postizanja ravnoteže. Zbog čega onda aikido čini da se vežbači osećaju dobro? Shvatam da to proizilazi iz porekla aikidoa. Aikido je izveden iz borbenih pokreta samuraja. Samuraji su svakodnevno vežbali pojedinačne

pokrete kao deo vežbi za postizanje forme. Osnivač aikidoa, gospodin Morihei Ueshiba preoblikovao je samurajske borbene pokrete u energetske pokrete. U aikido tehnikama izbegavaju se direktni borbeni sukobi. Smatram da je Ueshiba bio pravi samuraj. Kada je Morihei Ueshiba rođen 1883. godine u Japanu je i dalje trajala era socijalne revolucije nakon Meiđi restauracije koja je počela 1867. godine. Dugi period vladavine ratničke klase (samuraja) koji je počeo u 10. veku bližio se kraju. To je bio period tranzicije. Japanska vlada je unosila promene u upravljački i društveni sistem kroz modernizaciju i učila je od "zapadnih zemalja", drugim rečima od evropskih zemalja i Amerike. Među japanskim narodom vladala je mešavina konfuzije i otpora ali i idealizovanje "zapadnjačke" kulture. Neki su potpuno poricali vrednosti japanske kulture, a drugi, posebno bivši samuraji ostajali su konzervativni i držali se starih vrednosti. Ali u Japanu je u to vreme bila na delu jača energija pokrenuta modernizacijom koja nije imala mnogo saosećanja prema samurajima. Pronalaženje načina za preživljavanje u smislu hrane i očuvanja ratničkog duha nije bilo lako za samuraje.¹

"Bushido", put ratnika (ratnički način), termin koji se vezuje za samuraje ogledao se u borbenom duhu i časti. Ove vrednosti bile su izraz nekih dubokih ideja konfucijanstva. Pobjeda ne znači samo pobjeda u fizičkom smislu, snagom, već se u Bushido-u osoba podstiče da teži duhovnom treningu i pobjedi nad samim sobom. Samo pobjedom nad sobom moguće je ostvariti pobjedu nad drugima.² Da, ja priznajem da je prirodno težiti da se pro-

tivnik u borbi pobjedi fizičkom snagom. Ali gospodin Morihei Ueshiba bio je u stanju da preinači svoje osvetničke porive i negativnu energiju koji su se javili nakon što je prisustvovao batinanju svog oca iz političkih razloga i unese duhovni trening u fizički.³ Ovo je proisteklo iz njegovog jakog osećanja samosvesti.

Jedan od aspekata aikidoa jeste samosvest. Razmišljala sam kako stičemo osećaj samosvesti u aikidou i kako ga primenjujemo na svakodnevni život. Evo mog iskustva. U toku treninga, vežbamo sve pokrete u Wazi ("Waza" su aikido tehnike ili stav), na primer "aihanmi shihonage kada protivnik drži moju desnu ruku" izvodi se sa korakom udesno, hvatanjem partnerovog zgloba, još jednim korakom unapred, čime njegovu ruku dovedim u položaj iznad svoje glave, zatim je savijam unazad i bacam ga (nadam se da sam dobro opisala tehniku aihanmi shiho-nage na desnu ruku). Ja to samo izvodim, ili obraćam pažnju na način kako izvodim tu tehniku. Obraćanje pažnje odnosi se na primer na pitanje: "Da li oklevam pri prvom koraku?" Da, radim to. Da li znam zašto oklevam pri prvom koraku? Ne, ne znam, ali sa sličnim situacijama se suočavam i u svom svakodnevnom životu. Moje osećanje samosvesti na aikido treninzima tek počinje da se razvija. Znam da ću otkriti još više o sebi. Ovo nije lak put zato što se suprotstavljam svojoj negativnoj strani.

Ali ipak se nadam da će mi aikido treninzi pomoći da svoju energiju dovedem u stanje ravnoteže baš kao što je to učinio gospodin Ueshiba.



Slika

*gore: Saša Obradović 4.dan, 1996.
dole: fotografije sa treninga u klubu.*



1. "Japan's History Study", Yamakawa Publications, 2003, pp. 323-336
2. "Nippon: the Land and its People", Nippon Steel Corporation, 1984, pp. 328-329
3. "Aikido Yoji Fujimoto 7 .dan" CD-ROM



Pre približno tri godine u moj život je ušao aikido. Negde otprilike u isto vreme na fakultetu tekao je moj susret sa jednom novom, tek zasnovanom oblašću proučavanja koju je afirmisao Moris Godelije i koju je on nazvao "Kulturna konceptualizacija tela i telesnosti". Ova oblast predstavlja pokušaj proučavanja ljudskog tela kao društveno i kulturno oblikovnog odnosno predstavlja pokušaj "čitanja i razumevanja kulturnih i društvenih odnosa koji su upisani u našu telesnost"*.

Aikido - način života

Katarina Novaković

Moje lično iskustvo u aikidou, moja percepcija i saznanja iz oblasti konceptualizacije tela su me navela da napišem ovaj tekst.

Još je Marsel pokušao da definiše i klasifikuje telesne tehnike u svojoj knjizi "Sociologija i antropologija" koju ja ovde navodim: "pod tom rečju (telesna tehnika) podrazumevam načine na koje se ljudi, u različitim društvima na tradicionalan način služe svojim telom."¹

Aikido je telesna tehnika i dolazi iz Japana tj. deo je njihove tradicionalne kulture budući da je borilačka veština. Ona ima svog osnivača Moriheja Uešibu^{**} i svoju formu koja je standardizovana te je sama veština institucionalizovana i raširena po čitavom svetu.

Trenirati aikido znači posvetiti se savladavanju jedne specifične forme telesnih tehnika (borilačkih tehnika), koje vežbači tokom treninga uče, tokom godina vežbanja ponavljaju i sa polaganjem za kyu stepen i dan pojaseve manje ili više uspešno savladavaju.

U aikidou postoji jedna vidljiva, materijalna forma telesnih tehnika. Mene ovde ne zanima da taksativno nabrajam tehnike niti da dajem njihovu deskripciju, već bi se pozabavila pitanjem kako se mani-

fesna forma savladava, odnosno kako učimo tehniku?

Naime, kada vežbač počne da vežba aikido on dolazi kod majstora (instruktora) veštine. Majstor predstavlja autoritet u jednoj sali (dođou). U svim veštinama korišćenja ljudskog tela preovladava pojam obučavanja, ali tom pojmu treba dodati i pojam podražavanja za koji je neophodan učitelj. Na primer, na treningu tokom demonstracije tehnike od strane majstora vežbači opserviraju njegovu demonstraciju. Svi vežbači prolaze kroz istu obuku i u skladu sa sopstvenim sposobnostima podražavaju uspešno izvedenu tehniku osobe u koju imaju poverenja i koja je za njih autoritet (o ovom slučaju to je majstor - aikido instruktor). Dakle, aikido instruktor svojim ličnim primerom daje idealtipsko izvođenje tehnike koju vežbači podražavaju.

Radnja se dakle nameće spolja - odozgo i u tome leži jedan društveni element aikidoa jer postoji ličnost koja podučava neki propisan, odobren i standardizovani čin (čin aikido tehnika npr. ikkyo) u odnosu na ličnost podražavaoca (vežbač). U tom smislu aikido jeste socijalna kategorija ili mesto socijalizacije našeg tela. U aikidou naše telo uči jezik veštine a istovremeno

**npr. društveno-kulturno određen način porađanja (uobičajen ili tradicionalan-opšte prihvatljiv) je ležeći dok je kod nekih domorodaca Afrike on stojeći. Slično je npr. kod aikidoa sa tradicionalnim hodanjem na kolenima (shikko) ili tradicionalnim sedećim položajem u jogi prilikom meditacije.*

¹Marsel Mos, *Sociologija i antropologija*, 1, biblioteka 20.vek, Prosveta, Beograd, 1982.

**** dalje razmatranje aikidoa u smislu istorijata (nastanka i razvoja) nije relevantno za ovaj tekst. Više informacija potražite na: www.aiki.co.yu**

postoji i učitelj koji nas uči svojim ličnim primerom.

Sa druge strane, aikido je veština koja se može tumačiti na više nivoa i u koji je pored materijalnog, formalnog nivoa inkorporiran i jedan socijalni i duhovni element te ova veština egzistira i kao način i filozofija života.

Telesna tehnika treba da posluži kao neka vrsta metodološkog pomagala u osveščivanju jedne latentne socijalne i duhovne dimenzije života o kojoj je osnivač Morihej Uešiba toliko govorio tokom svog bavljenja aikidoom i na kome insistira u svom verbalizovanju aikidoa. Mene prevashodno zanima da ovde naglasim i ukažem na jedno "socijalno telo" koje aikido formira u čoveku i izaziva u njemu korenitu transformaciju.

Socijalna dimenzija

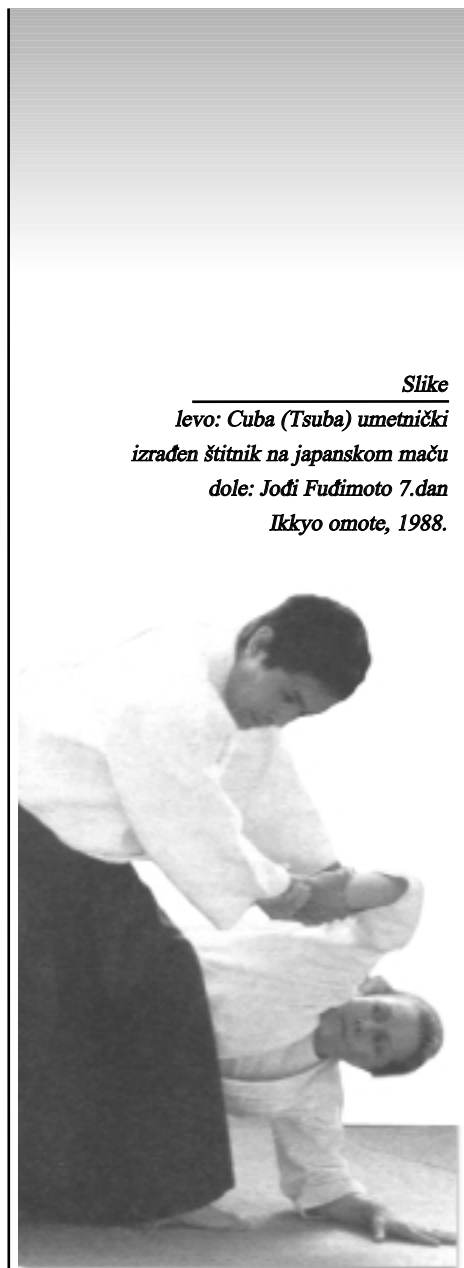
Treba naglasiti da na tatamiju (i u prostoru u kome se vežba) ljudi stupaju u neku vrstu socijalne interakcije budući da se tehnike aikidoa izvode u paru. Za tehniku je potrebno dvoje.

Prvi odnos koji se može uočiti je odnos reciprociteta. Tokom uvežbavanja tehnike naizmenično se ponavlja uloga tori-uke. Uke je osoba koja u trenutku izvođenja tehnike ima funkciju napadača i daje svoje telo toriju koji na njegovu asistenciju izvodi zahvat. Onaj koji je bio u funkciji torija nakon nekoliko puta preuzima funkciju ukea. Tako tokom vežbanja istovremeno učimo dve pozicije: poziciju ukea

(ili onog koji daje) i poziciju torija (onog koji prima). Između ove dve pozicije postoji jasan dialektički odnos. Obično je moj učitelj na treninzima govorio da je "put do dobrog majstora u aikidou put dobrog ukea", čime mi je i na implicitan način rekao da je pozicija kvalitetnog čoveka (majstora koji ima znanje) pozicija davanja. Da je živ sa njime bi se složio i veliki Erih From².

Drugi odnos je odnos hijerarhije i jednakosti. U aikidou je jedino znanje vredno hijerarhizacije, ono je naglašeno i prema znanju treba gajiti posebno unutrašnje poštovanje. U tom smislu, moram da se ogradim, meni je lično jako interesantan koncept vizuelizacije hierarhije znanja.

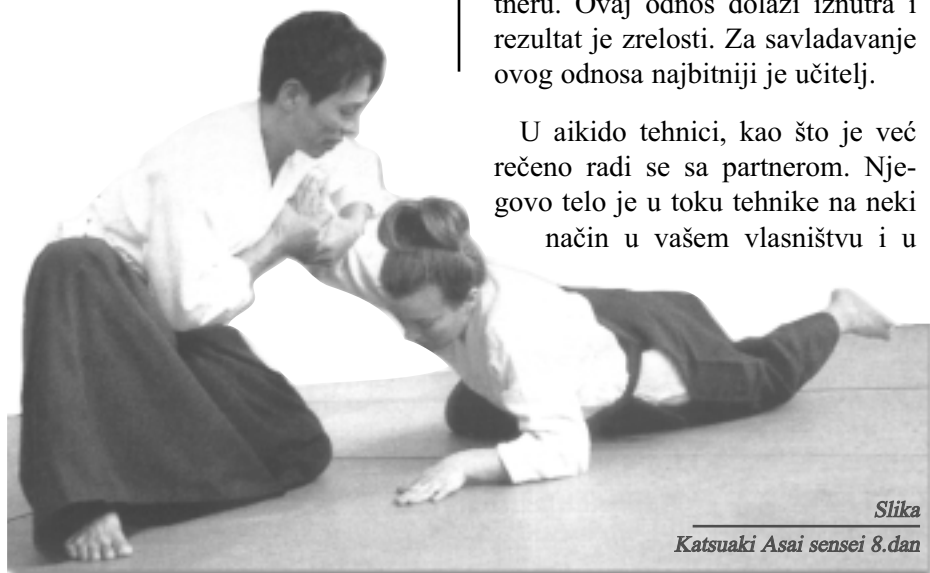
Na treninzima vežbači vežbaju u kimonima koji na neki način predstavljaju vrstu ritualne odeće i u tom smislu ne postoji vizuelna razlika među njima. Nosioci majstorskih zvanja u vizuelnom smislu se razlikuju od ostalih vežbača: oni nose crni pojas i hakamu (japanske tradicionalne pantalone) uz kimono. Tom odećom se na jednom semiološkom*** nivou potencira moć znanja i upravo su majstori ti od kojih počinje vrh piramide znanja na čijem dnu su početnici. U okviru ovog piramidalnog odnosa postoji jedan mehanizam pokretljivosti a osnovni princip te pokretljivosti je jedan jedini - znanje. Ono što je meni lično fascinirajuće u sklopu cele priče o znanju u aikidou je sledeće: to znanje nije samo znanje mereno nekim uobičajnim merilom, instrumentima, skalom ili



² Vidi u "Umeću ljubavi" - From govori da je pozicija davanja zapravo pozicija moći!

*** semiologija se bavi "opštim proučavanjem znakova, naročito nelingvističkih, vidi Pjer Giro, Semiogija, biblioteka 20. vek, Prosveta, Beograd, 1983.

³Habitus, habitualan - od latinskog exis - nešto stečeno, stalno, uobičajeno, koje je prešlo u naviku, izgled.



Slika

Katsuaki Asai sensei 8.dan

Budite zahvalni čak i za teškoće, poraze i loše ljude. Prevazilaženje tih prepreka je suštinski deo vežbanja u aikidou.

Morihej Uešiba

ocenom. To je jedno neverovatno iskustvo koje ja ne mogu opisati rečima to se oseća: zaista se oseća razlika u kvalitetu tehnika kada radite sa majstorom koji je tek "obukao hakamu" i majstorom koji je u tom zvanju deset godina!

Takođe, u tom odnosu hijerarhije može se uočiti i jedan vid reciprociteta. Citiraću mog učitelja koji je uvek govorio da "može biti učitelj samo onima koji ga prihvataju za učitelj", te da znanje nije sujeta i da ne sme sebi da dozvoli da podceni nikoga, ni apsolutnog početnika "jer sam najdragocenije stvari naučio od svojih učenika".

Treći odnos koji je ujedno i najvažniji je odnos odgovornosti.

Predhodni navedeni odnosi su odnosi prinudni i nametnuti spolja jer su oni pravila same veštine. Odnos odgovornosti morate da naučite sami i ne postoji nikakav mehanizam za sankcionisanje neodgovornog ponašanja prema partneru. Ovaj odnos dolazi iznutra i rezultat je zrelosti. Za savladavanje ovog odnosa najbitniji je učitelj.

U aikido tehnici, kao što je već rečeno radi se sa partnerom. Njegovu telo je u toku tehnike na neki način u vašem vlasništvu i u

vašim rukama pa je i odgovornost onoga ko je tori jako velika jer su tehnike jako opasne. Pri tom suština tih jako opasnih tehnika je u njihovoj koncepciji, a one su koncipirane tako da se prilikom napada branimo ali na način da napadača ne povredimo, tog istog napadača koji hteo da povredi nas. Na taj način se jednim pozitivnim primerom se ukazuje na besmisao svakog nasilja. Koncept odbrane od nasilja nenasiljem blizak je hrišćanskoj koncepciji "ko tebe kamenom - ti njega hlebom". Odgovoriti na nasilje pozitivnom normom zajedničko je za oba koncepta.

Ponavljanjem forme aikidoa ona postaje automatska reakcija kao što jedemo, govorimo ili hodamo. Pošto se sa ovom formom u simbiozi nalaze i pomenuti socijalni odnosi, tokom vremena, i oni postaju deo našeg habitusa³ u smislu stečenih navika. Te stečene navike neophodno je osvestiti i zatim ih projektovati i na ostale socijalne odnose u koje stupamo tokom života.

Biti recipročan, odgovoran, poštovati hijerarhiju i znati svoje mesto u njoj, a ljude istovremeno doživljavati jednako - ZA MENE JE NAČIN ŽIVOTA.

Ovaj tekst posvetila sam mom učitelju aikidoa Saši Obradoviću kome dugujem mnogo - hvala!

Još malo razmišljanja o osnovnim aikido principima

Tamara Drljević

Pokušajte iskreno da odgovorite na sledeća pitanja. Ne brinite, ovo nije klasičan psiho test na čijem kraju zbrajanjem poena dobijate kratak "izveštaj" o tome koji ste tip ličnosti. Ovo nije čak ni test. Shvatite ga kao jedan informativni upitnik, ali umesto ispitivača sami sebi postavljate pitanja i dajete odgovore na njih. Dakle, nije vam potrebno nikakvo predznanje (kao što sam već rekla ne ocenjuje se a i anonimno je), već samo iskrenost i malo vašeg vremena. Da vas ne bih više držala u neizvesnosti, pošto su neki od vas možda već malo nestrpljivi, prelazim na pitanja.

1. Da li na početku i kraju svakog aikido treninga mirno sedite u seizi, dok vam je um oslobođen svih misli i osećanja?

a) DA b) NE

2. Da li posvećujete potpunu pažnju izvođenju pokreta u vežbama razgibavanja na početku treninga?

a) DA b) NE

3. Da li pažljivo slušate i gledate ono što majstor pokazuje tokom treninga?

a) DA b) NE

4. Da li kada vam majstor priđe tokom treninga i ukaže na neku pogrešku u vašem izvođenju tehnike vi:

a) kažete znam ili malopre sam tako uradio/la;

b) ćutite i pažljivo slušate majstorova uputstva za pravilno izvođenje tehnike.

5. Da li vam tokom treninga misli ostaju usredsređene samo na aikido?

a) DA b) NE

6. Da li poštujuete partnere sa kojima radite i trudite se koliko god možete da im ukirate kako treba?

a) DA b) NE

7. Da li imate strpljenja u vežbanju sa početnicima?

a) DA b) NE

8. Da li se brzo iznervirate ukoliko niste u stanju pravilno da izvedete pokazanu tehniku?

a) DA b) NE

9. Da li imate utisak da ne napredujete onoliko brzo koliko ste očekivali?

a) DA b) NE

10. Da li vas je odgovaranje na ova pitanja zamorilo ili nateralo da izgubite strpljenje?

a) DA b) NE

Eto, kao što sam obećala, nije bilo teško. Pretpostavljam da ste svi već na početku shvatili svrhu ovih pitanja. Takođe verujem da su mnogi od vas sebi već postavljali većinu njih, a sigurno i mnoga druga. Sva ona imaju u svojoj osnovi jedan zajednički imenitelj - strpljenje. Moram vam priznati da bih ja na početku svog treniranja aikidoa pre nešto više od tri godine na većinu pitanja odgovorila sa ne (i na poneka sa da). Moj veliki problem je bio, a delom i sada jeste, strpljenje. Možda će se

još neki od vas prepoznati u ovome. Zbog tako univerzalnog značaja ovog pojma, smatram da ga treba zajedno sa koncentracijom uvrstiti među one već dobro poznate i mnogo puta ponavljane osnovne aikido principe. Naravno, kada sam rekla da je strpljenje univerzalna kategorija, podrazumevala sam njegovu primenu u svakodnevnom životu. U prilog ovoj tvrdnji koju sam upravo iznela, kao i predlogu da strpljenje i koncentraciju prihvatite kao dva dodatna aikido (i životna, jer i aikido je život) principa, potražiću oslonac u zen budizmu.

Zen se u svojoj praksi u velikoj meri oslanja na meditaciju (*za-zen: meditacija u sedećem stavu, prim. aut.*). Dugotrajno upražnjavanje zazen pored dostizanja većeg stepena strpljenja dodatno snaži i duh. Međutim, ako je pogrešno usmerena, ovi efekti će u velikoj meri izostati.

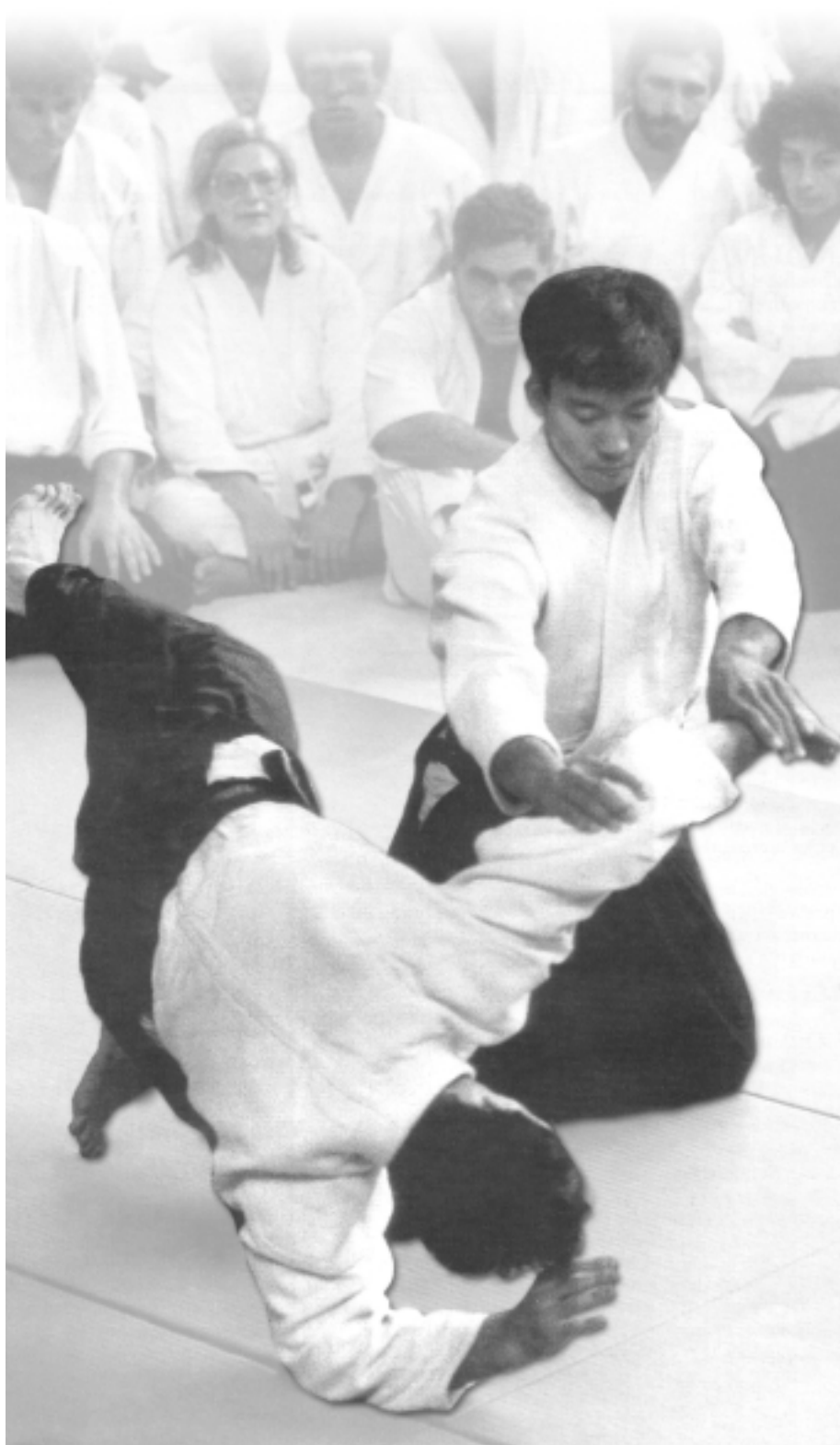
"Iako bi se moglo pretpostaviti da je vežba zena sredstvo koje vodi cilju buđenja (prosvetljenju: japanski satori; prim.aut.), to nije slučaj; jer, vežba zena nije prava vežba sve dok na umu drži cilj, a kada nema cilj, to je buđenje - besciljni, samodovoljni život "večnog sada". Vežbati sa ciljem na umu, znači jednim okom posmatrati vežbu, a drugim cilj a to dovodi do odsustva koncentracije, nedostatka iskrenosti. Da kažemo to na drugačiji način: čovek ne vežba da bi postao Buda; on to čini jer je već Buda od samog početka a ovo "pravo shvatanje" početna je tačka života zena."¹

Ili, jednostavnije: “Ako šetaš, samo šetaj, ako sediš, samo sedi. Ali se, pre svega, nemoj kolebati.” (Junmen)²

“Premda Zapad ima sopstvenu misaonu tradiciju u katoličkoj crkvi, život “sedenja i posmatranja” izgubio je privlačnost, jer nijedna religija koja ne poboljšava svet nema vrednosti; a teško je zamisliti kako se svet može poboljšati mirovanjem. Ipak, trebalo bi da bude jasno da delanje bez mudrosti, bez jasne svesti o svetu kakav je zapravo, nikada ne može bilo šta da popravi. Osim toga, kao što se mutna voda najbolje izbistri tako što se stavi da miruje, moglo bi se dokazati da oni koji mirno sede i ne rade ništa, daju najveći doprinos jednom uzburkanom svetu.”

Iz svega rečenog sledi: ne možete napredovati u bilo čemu ako dobro ne poznajete sebe i svet oko sebe. A da biste to postigli (što je jedan od najtežih poduhvata, rekla bih čak celoživotni jer sa prestankom učenja okončava se i čovekov život morate prethodno naučiti da učite - strpljivo i polako. Ili, da parafraziram reči džedaja i učitelja Jode iz ciklusa fimova o Zvezdanim ratovima: “Ne treba stalno gledati u budućnost, na horizont. Neka vam um uvek bude tamo gde i vi. Ovde i sada.”

1. *Put zena*, Alan W. Watts. NIRO, Knjizevne novine, Beograd 1982.
2. *Ibid.*



14. decembra 2003. godine navršilo se 120 godina od rođenja Moriheja Uešibe

Morihei Uešiba će u daljem tekstu biti navođen kao "Veliki Majstor". Prenosimo vam delove razgovora sa tribine održane u čast osnivača aikidoa. Na njoj su učestvovali njegovi nekadašnji učenici koji su pokušali da daju sliku Majstorovog života i rada.

Prim. prev.



*Prevela sa japanskog
Tamara Drljević, dipl. japanolog*



Slike Gore i naredna strana gore:

Morihej Uešiba u svojim pedesetim godinama (oko 1936. godine). Dotle je već bio poznat kao najveći stručnjak u borilačkim veštinama u Japanu. Snimci na sledećoj strani su načinjeni na demonstraciji u Noma dođou.

MAJSTOR SAITO, nosilac sedmog dana, izneo je svoje zapažanje o majstorovim očima: "Nikada ne mogu da zaboravim utisak koji su na mene učinile Majstorove oči. Kao da je iz njih izbijala bleštava svetlost". Drugi jedan majstor dodao je: "Običnog čoveka možemo gledati pravo u oči, ali njegove su odavale takav sjaj da je bilo nemoguće izdržati njihov pogled." Svi njegovi učenici slažu se u jednom: "Njegove oči bile su prodorne, ali istovremeno i veoma blage. Isprva je onoga koji ga je gledao sjaj njegovih očiju zbunjivao. Međutim, na

treningu, dok je poučavao, gotovo je upijao ljude pogledom. Ovo niste mogli da razumete ukoliko niste bili direktno u kontaktu sa njim. Imao je oči tek rođenog deteta."

Još jedna stvar koja je izazivala divljenje kod Majstorovih učenika bile su vežbe u sedećem položaju na drvenom podu koje su bile izuzetno bolne.

"Posebno je zanimljivo što, u to vreme, nije svakome bilo dopušteno da stupi u dojo¹. Jedini način za to bio je putem preporuke. Treninzi su započinjali čišćenjem toaleta u dođou, a da li će oni koji su se prijavili moći i da ostanu i da nastave sa treniranjem kod Majstora zavisilo je samo od njih. Treba pomenuti i to da Majstor nikada nije dozvoljavao posmatranje treninga iz straha da će "njegove tehnike biti ukradene".

1 dođo - (piše se dojo) -sala u kojoj se trenira aikido - u bukvalnom prevodu "mesto razvijanja puta" Prim. prev.

2 tatami - vešto napravljeni dušeci od slame koji se koriste kao podne podloge u tradicionalnim japanskim prostorijama. Prim. prev.



Izgleda da stoga nije želeo da demonstrira svoje umeće pred većim grupama ljudi. Takođe, nije dozvoljavao pristup strancima u veštine plašeći se da bi mogle biti zloupotrebjene.

Njegov život bio je jednostavan u svakom pogledu. Običnim danima ustajao bi u pet, a prazničnim u tri sata ujutru. Nakon toga odlazio bi da se pokloni ispred oltara u dođu i u Aiki hramu. Taj jutarnji ritual trajao je oko dva sata. Zatim bi usledio doručak, pa radovi u polju. Uveče bi trenirao. U to vreme živio je u Aiki hramu a kasnije se preselio u dođu. Za vreme boravka u Aiki hramu svakodnevno je putovao do dođu. Čak i u danima kada je padala veoma jaka kiša, on bi se pojavio u dođu noseći visoke drvene klompe. Shvatio sam da Majstor nikada ne sme da izostane sa treninga iz bilo kog razloga”.

Majstor je bio i izrazito temperamentan. Jednom prilikom kada je stigao u dođu, čuo je zvuk od padova (ukemi) koje su izvodili njegovi učenici. Na to je on burno reagovao, rekavši: “Vežbate bez dozvole. Danas vas neću podučavati”. Postoji još jedna anegdota koja govori o Majstorovom neobičnom karakteru. Jedan srednjoškolac, inače Majstorov učenik, vraćao se noću u dođu osvetljavajući sebi put baterijskom lampom. Videvši to, majstor je povikao: “Treba da te bude sramota što koristiš baterijsku lampu po ugaženoj stazi”. Zatim je ovo objasnio rečima: “U drevna vremena samuraji su, prilikom posete nepoznatoj

kući, običavali da pretraže okolinu, da pogledaju iza kamenja i baštenskog drveća oko kuće pre nego što uđu, da bi mogli sebe da zaštite od nekog iznenadnog napada”. Njegove učenike ovo je veoma iznenadilo pošto je to značilo zabranu korišćenja baterijskih lampi. To je u stvari predstavljalo dobru vežbu da se učenicima oči naviknu na mrak.

MAJSTOR SAITO kaže: “Veliki Majstor je bio vrlo oprezan. To se ogledalo u njegovom prirodno opuštenom načinu hoda i naklonu u sedećem položaju. Smatra se nepristojnim ići ispred drugog čoveka. Međutim, kada se radi o majstoru borilačkih veština, to ima i mnogo dublje implikacije - na taj način on se može naći u neprijateljskom okruženju. Stoga su u majstoru učtivost i poštovanje objedinjeni sa oprežnošću”.

Veliki Majstor je jednom prilikom prekorio svog učenika, (sada majstora aikidoa) Saitoa, zato što je, dok ga je pratio, išao sa njegove desne strane: “Učenik treba da drži levu stranu dok hoda sa svojim učiteljem. Ne smeš da blokiraš Majstorovu desnu ruku u slučaju opasnosti. Majstorova dužnost je da te zaštiti”.

MAJSTOR ISOJAMA: “Majstor nije dozvoljavao nikakav razgovor nakon ulaska u dođu. “Hajde da počnemo” i “Hvala” bile su jedine rečenice koje su se mogle čuti. Smeh ili ispoljavanje bilo kakvih ljud-

skih emocija bili su uskraćeni učenicima tokom treninga. Takođe, majstor nam je posredno stavio do znanja da u svetu borilačkih veština nema nikakvih pitanja. Kad god nismo umeli da izvedemo određenu tehniku, Veliki Majstor odmah bi se stvorio kraj nas i na licu mesta demonstrirao tehniku sa rečima: “Samo posmatrajte kako ja to radim”. Stoga smo se mi kretali kroz dođu pokušavajući da “pohvatamo” tajne neke tehnike. Iako pitanja nisu bila dozvoljena, učenici su imali velike koristi od Majstorovih ličnih instrukcija koje je sa puno pažnje svakome od njih davao. Bez obzira na to koliko bi se ljudi pojavilo na treningu, Majstor je demonstrirao tehnike za svakog ponaosob. I deca i odrasli imali su isti tretman kod njega”.

Učenici su zapamtili i brojne anegdote sa Majstorom na treninzima.

Majstor FUDIEDA se priseća: “Jednom prilikom, radio sam tehniku sa jednim učenikom koji je pokušavao da je uradi na silu. Majstor ga je zaustavio, obrativši mu se rečima: “Slušaj prijatelju, nemoj



“Tehnike aikidoa se stalno menjaju; svaki susret je jedinstven i adekvatan odgovor treba da se javi prirodno. Današnje tehnike sutra će biti drugačije. Ne dozvolite da vas zaokupe oblik i izgled izazova. Aikido nema oblik - on je proučavanje duha. Što dalje napredujete, sve je manje teoretskih upustava.”

Morihej Uešiba

loše da postupaš sa ovim detetom jer on je graden baš kao i ja”.

MAJSTOR SAITO: “Veliki Majstor nikada nije ništa nametao svojim učenicima, ali je dosledno iznosio svoj stav da i najmanja devijacija čini tehniku neefektnom. Stoga su i početnici i stariji radili iste osnovne vežbe. To je bilo dobro”.

Učenici su morali da budu i veoma izdržljivi. SAITO nastavlja: “Tatami² je prostiran samo za vreme praznika i to na veoma maloj površini ispred oltara. U svim ostalim prilikama sedelo se na drvenom podu, što je bilo pravo mučenje. Posle nedelju dana, ogulila bi se koža na kolenima i nastajale bi žive rane koje su se lepile za pod. Kada bismo pokušali da ustanemo posle nekog Majstorovog dugog govora, koža bi se bolno odlepljivala od poda. Ojačanja na kolenima kimona morala su biti prišivana mnogo puta, pa su nam postala nešto poput jastučića za sedenje”.

“Pod je uz to bio i pun eksera koje smo mi pre treninga ukucavali

drškama drvenih mačeva. Mnogi početnici su se tako uplašili da su veoma brzo napustili dođu. Ipak, koliko god da nas je bolelo, nismo smeli ni da jauknemo. Majstor NOMURA zatim dodaje: “Pošto je bilo izuzetno teško i bolno sedeti nepomično, da bismo olakšali sebi mi bismo počinjali lagano da se njišemo s jedne strane na drugu. Kao odgovor na to, od pozadi gde su sedeli stariji, na naše glave sručila bi se kiša pesnica”.

MAJSTOR OHKOŠI: “Čekajući na početak treninga sedeli smo u seizi.³ Stariji učenik otišao bi po Majstora. U međuvremenu, mi bismo čekali, glava pognutih sa rukama koje su dodirivale pod. Međutim, Majstor se nekad ne bi pojavio pred nama po dvadeset minuta. To je bila sjajna vežba za strpljenje”.

Majstor FUKASAKU priča: “Učenicima nije bilo dozvoljeno da odmaraju kolena pred Majstorom. On je u svakom trenutku održavao uspravan sedeći položaj. Jednom prilikom, bolela su ga stopala i bio je nesiguran na nogama. Međutim, čim



je počeo da trenira, snagom svog duha vratio se u formu”.

Majstor ISOJAMA: “Način na koji je Veliki Majstor baratao sa bokenom⁴ bio je neverovatan. Mač bi zviždao kroz vazduh, a Majstorov uzvik bio je pun duhovne energije. Efektan sek mačem nikada nije moguć ukoliko i čovekov duh nije u istom stanju odlučnosti”.

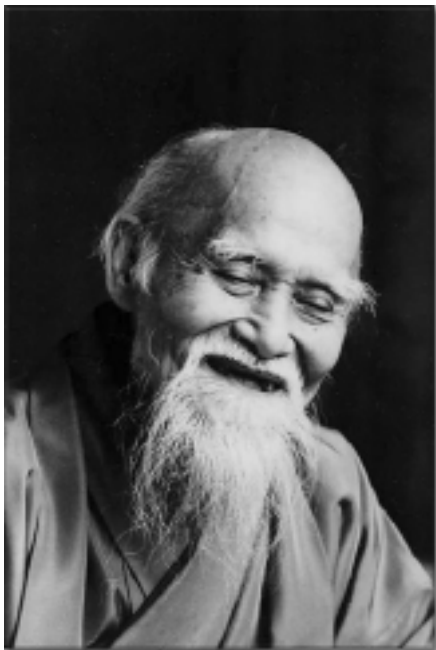
Majstor SAITO se nadovezuje: “Aikido bez nadmetanja, duha i snage pretvara se u vrlo osiromašenu borilačku veštinu. Naravno, u aikidou nema takmičenja u klasičnom smislu reči ali samo stoga

3 seiza - tradicionalni japanski način sedenja sa podvijenim nogama ispod tela i šakama na kolenima. Primenuje se i na aikido treninzima i to na početku, na kraju treninga, kao i u toku treninga dok majstor pokazuje tehnike. Prim. prev.

4 boken - japanski drveni mač koji se koristi na aikido treninzima. Prim. prev.

Slike

Levo: Morihej demonstrira taenohenko - prilagođavanje tela okolnostima na dinamičan način. Njegov prodoran kijai se mogao čuti kilometar daleko!



što takva aktivnost nije u skladu sa njegovom suštinom a to je da je aikido veština u kojoj se pojedinac takmiči sam sa sobom. Svako ko je čuo Majstorov produhovljen uzvik, trebalo bi da bude u stanju da ovo razume”.

Majstor FUDIEDA: “Veliki Majstor bio je veoma posvećen treninzima. Kada iz određenog razloga ne bi mogao da vodi trening, on bi ga posmatrao stojeći izvan dođoa. Veoma ga je zanimalo šta se unutra događa”.

SAITO navodi još jedan dokaz Majstorove doslednosti: “Majstor nije želeo da se odmara čak ni kada je bio premoren. Ja sam jednom uspeo da ga nagovorim da se od-

Slike:

Levo i naredna strana: Morihej Uešiba kao jako star čovek. “Aikido je manifestacija ljubavi”, tvrdio je. dole: Morihej, Saito i Hiketsushi sensei

mori rekavši - Molim vas preskočite trening i odmorite se, mi ćemo raditi samo osnovne tehnike. Posle treninga, otišao sam do njega i rekao mu koje su tehnike tražene. Njegov odgovor je bio - Znam tačno šta ste radili po batu vaših stopala na tatamiju”.

SUGAVARA: “Majstor je zaista bio žestokog temperamenta.”

SAITO: “Kada bi naišao na neku raskrnicu, njegovo trenutno raspoloženje odlučivalo je na koju će stranu da krene. Ako bih mu skreo pažnju da je pošao u pogrešnom smeru, on bi me ljutito prekoreo.”

SUGAVARA: “Sećam se da Veliki Majstor nikada nije pružao duga objašnjenja u toku treninga, već bi samo demonstrirao tehniku uz reči: “Ovako treba.”

OHKOŠI: “Iako nije pružao objašnjenja u vezi sa izvođenjem tehnika, Veliki Majstor voleo je duge govore. Dešavalo se ponekad da trening skрати na dvadeset minuta, dok bi ostatak vremena utrošio na svoj govor.”

ISOJAMA: “U to vreme bio sam u nižoj srednjoj školi i nisam bio u stanju da razumem sve što je Majstor govorio. Tek su mi od nedavno postale jasnije stvari o kojima je govorio.”

SAITO: “To je stoga što je on uglavnom govorio o duhovnim temama.”

ISOJAMA: “Tokom njegovog govora noge bi mi se umorile od klečanja, a Veliki majstor bi me baš tada pozvao da mu pridem. Naravno, noge bi me izdale i ja bih se samo skljkao na pod (smeh).”

SAITO: “Kad god bi Majstor izašao iz dođoa, ljudi su mu postavljali pitanja uz molbe da demonstrira tehnike. Ma koliko da je prostor bio ograničen, on nikada ne bi bacio svog partnera tako da ga povredi. Uvek je bilo dovoljno mesta za pravilan ukemi (pad).”

ISOJAMA: “Kao što se verovatno sećate, Veliki Majstor nam je često naređivao da ga napadnemo. U rukama je držao drveni mač. Kad bismo zamahnuli mačem iznad glave u pokušaju da ga napadnemo, vrh nje-



“Put ratnika zasniva se na humanosti, ljubavi, i iskrenosti; suština ratničke smelosti odražava se u istinskoj hrabrosti, mudrosti, ljubavi i prijateljstvu. Naglašavanje fizičkih vidova ratničke veštine je besplodno, jer je moć tela uvek ograničena.”

Morihej Uešiba

govog mača već je bio na našem grlu. On bi rekao: “Ne oklevajte da me napadnete. Neću vam naneti nikakvu povredu pošto ste mi skoro kao sinovi.” Koliko god da smo se trudili da brzo zamahnemo, vrh njegovog mača uvek je bio ispred našeg vrata.”

SUGAVARA: “Da li se u to vreme plaćala mesečna nadoknada za vežbanje u njegovom dođu?”

FUKASAKU: “Ne, nije postojalo ništa slično.”

NIZUMA: “Umesto novca, mi smo Velikog Majstora snabdevali povremeno koje smo sami uzgajali.”

SUGAVARA: “Šta je doprinelo da sistem plaćanja ipak zaživi?”

SAITO: “Učenici su se sastali i odlučili da je potrebno prikupiti sredstva za popravku polomljenih prozora, pokidanih papirnih zastora i zidova koji su se urušili.”

SUGAVARA: “Drugim rečima, mesečna članarina bila je namenjena za troškove popravki.”

NABATAME: “Ispred oltara stavili smo jednu kantu i u nju bismo ubacivali priloge kada smo napuštali dođu.”

IŠII: “Nije postojala mogućnost da Majstoru lično damo novac. Da smo to uradili, on bi najverovatnije rekao: “Ja vas ne podučavam za novac.”

SUGAVARA: “Gospođice Saito, vi ste veoma odano služili Veliku Damu (*supruga Moriheija Uešibe* -

prim. prev.). Možete li nam u nekoliko reči opisati njen karakter?”

Gospođica SAITO: “Ona je bila od osoba koje nisu zadovoljne dok ne završe sve planirano za taj dan, pa makar sedele i do ponoći. Imala sam obavezu da budem uz nju svakodnevno, 365 dana u godini. To mi je onemogućavalo da odem i prespavam u kući svojih roditelja. Sve o čemu sam razmišljala bila je Velika Dama.”

ISOJAMA: “Oni učenici koje je Velika Dama rado primala imali su duži i srećniji boravak u dođu. Takođe, bilo im je lakše i da služe Velikog Majstora.”

SUGAVARA: “Više od pet godina prošlo je od smrti Velikog Majstora i njegove žene. Želeo bih, na kraju ovog sastanka, da nam svi učenici Velikog Majstora ukratko izlože svoje predloge vezane za rad u budućnosti.”

ISOJAMA: “Mislim da bi trebalo da kao tradiciju prenesemo ne toliko verbalne koliko fizičke poduke Velikog Majstora i u svakodnevnom životu. Takođe verujem da je naša dužnost da potomstvu predamo aikido u pravilnoj formi. Treba da se uzdržimo od toga da podučavamo aikido zbog sopstvene dobiti i da ga prilagođavamo ličnoj podobnosti.”

SUGAVARA: “Teško je doslovno preneti aikido tehnike, ali još je teže pridržavati se Majstorovih poduka u svakodnevnom životu.”

SAITO: “Nikada ne smemo da zaboravimo Velikog Majstora. Ako



izgubimo poštovanje koje osećamo prema njemu, sve njegove poduke namenjene našem obrazovanju takođe će pasti u zaborav. Želeo bih još da naglasim da instruktori aikidoa ne treba da sebe uzdižu u međusobnim razgovorima, već da obrate pažnju na to kako njihovi učenici vežbaju i da im to bude merilo budućeg rada. Instruktori ne zaslužuju da budu nazvani dobrim ukoliko ne umeju da svoje učenike učine snažnim i sposobnim.”



Preuzeto iz edicije:
“AIKIDO: TRAINING, WORKS,
WONDERS, vol. 5”,
od Morihira Saita, majstora 8.dan

Ovih pet knjiga, nekada davno, mogle su da se kupe i u našim knjižarama i bile su (1 i 2 knjiga) godinama najkvalitetnija literatura o maču i štapu.

(*prim. ured.*)

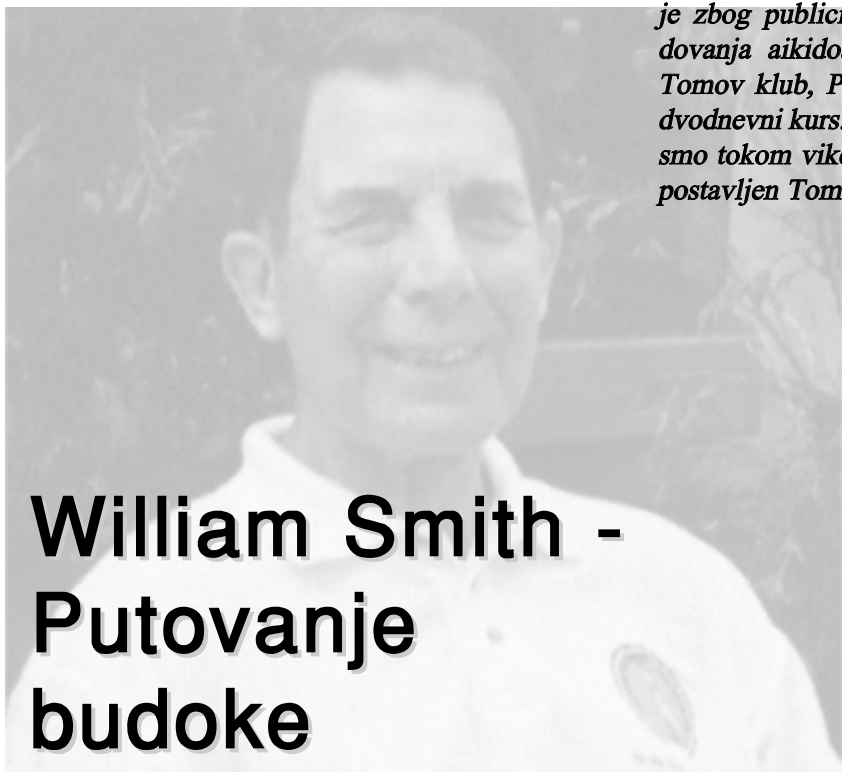


Slika:

Hiroshi Tada Sensei 9.dan

Održao je seminar u Beogradu davne 1974.

Prošle godine (2000.) štampan je članak o Tom Moss-u, koji je preko 30 godina crni pojas u aikidou. Interesantna činjenica koja se prožima kroz članak je Tomova nepolitička priroda i njegova veza sa dva vodeća aikido učitelja u UK, William (Bill) Smithom i Hydn Fosterom. Svake godine oni održe kurs u Lowestoft-u, koji je nazvan Big Three, (Velika trojica), a organizuje ga Frank Burlingham. To nije kurs koji se organizuje zbog publiciteta, oni stvarno zajedno rade u cilju napredovanja aikidoa. To je pokazano i dolaskom Bil Smita u Tomov klub, Phoenix Aikido u Coventry sa ciljem da održi dvodnevni kurs. Ovo je bila prilika koja se ne propušta, tako da smo tokom vikenda postavili isti set pitanja Bil Smitu, koji je postavljen Tom Mosu.



William Smith - Putovanje budoke

Traditional Karate (TK): Sensei, kao prvo, kada, kako i zašto se počeli da vežbate aikido?

William Smith (WS): Počeo sam da vežbam aikido oko 1960. i to je bilo sasvim slučajno. U svojoj 18-toj godini, postao sam parttime učitelj sporta u staroj Birmingham Athletic Institute u Birmingham-u i učestvovala sam u većini sportova tokom tih godina. Zamolili su me jednom da budem sudija u košarkaškom meču i dok sam to radio, primetio sam šestoricu ljudi koji vežbaju sport koji nisam video pre. To je bio aikido, a najviše me je impresioniralo ono što su mi ispričali. Bez takmičenja, bez mržnje, bez osvete, bez laži, bez ljubomore, ovo je bilo nešto novo za mene pošto sam ja uvek bio uključen u fizički aspekt

sporta. Oni su vežbali u Neko Školi Budo-a u Birminghamu i ja sam otišao jedno veče da probam i zaljubio sam se u aikido. Izgledalo je da aikido zadovoljava moje mentalne i spiritualne potrebe i postao je veliki deo mog života.

TK: Da li ste vežbali neke druge borilačke veštine?

WS: Vežbao sam džudo, koji mi se sviđao ali nisam imao dovoljno vremena da mu se posvetim, jer sam u to vreme zidao svoju kuću. Vežbao sam i karate, ali sam imao problema jer nisam mogao da se takmičim protiv svojih klupskih prijatelja. Uvek sam žalio što nisam počeo da vežbam aikido ranije, bio sam u svojim ranim tridesetim kada sam počeo da ga vežbam.

(Traditional Karate, jun 2001.)



Slika gore:

*Vilijem Smit Sensei 6.dan.
Beograd, 29. jun 2002. godine.*

Slika dole:

Vilijem i Filip Smit sensei sa Chiba Šihanom 8.dan. Fotografija je preneti iz magazina "Traditional Karate", jun 2001.



TK: Počeli ste da vežbate davno, kada je bio mali broj instruktora borilačkih veština. Koji je bio vaš prvi instruktor? Kako ste ga prošli?

WS: Moj prvi instruktor je bio Ralph Reynolds. Neko Club je bio veoma hladano i vlažno mesto, smešteno iza mesare. Morali smo da promenimo krov i klub je bio uvek prepun. Okolina je bila opasna i u pabu gde smo išli na piće posle treninga redovno su izbijale tuče (naravno, mi nismo učestvovali). Prijateljstvo je bilo izvanredno, još uvek imam bliske prijatelje iz tog vremena. Ralph je bio jedan od retkih Shodan-a u to vreme. Aikido je bio u povojima u svakom pogledu. S vremena na vreme posećivali su nas Abbe Sensei i Nagasaone Sensei tokom svojih poseta Engleskoj. Mi smo imali pojaseve u boji i mogli smo da polažemo do oranž pojasa. Za viši pojas, morao si da putuješ u London kod Ken Williams Senseia, koji je bio Nidan. Bez sumnje aikido duguje Williams-u dosta. On je usmerio dosta studenata na pravi put. Naravno, on je još uvek uključen u Aikido i BAB (British Aikido Board).

TK: Da li je aikido trening u ranim godina bio drugačiji od načina na koji se trenira danas?

WS: Trening u ranijim godinama je bio dosta drugačiji, vežbanje se tretiralo kao da treniraš da bi razvio kondiciju. Važnost iskrenosti nije bila shvaćena. Kada sam počeo da vežbam sa japanskim instruktorima, ponavljanje je bilo naglašeno. Ti bi ponavljao ono što radiš, ponekad do

iznemoglosti, tako da bi se eventualno tvoj um disciplinovao da nastavi, opusti se i da se ne preda i da bi time postao iskren u tome što radiš i što si pokušavao da uradiš. To je bio japanski način - da se postane profesionalan i da se da telo i duša veštini. Na zapadu učenje treba da bude drugačije, većina studenata i učitelja treba da usklade svoj trening sa karijerom i porodičnim životom. Postoji velika odgovornost kod učitelja, oni moraju da sažmu svoj program bez gubitka kvaliteta i napretka. Učitelji ne smeju da se upuste u to ukoliko ne razumeju žrtvovanje koje je potrebno. Oni moraju da imaju sposobnost da vide svakog studenta kao pojedinca i da rade na njihovom pojedinačnom napretku - verovatno kao budući instruktori. Oni moraju da pokažu svojim ličnim primerom i skrenošću.

TK: Da li ste radili puno sa japanskim instruktorima u to vreme? Ako jeste, koji su to bili i kakvi su bili tada? Da li su se promenili tokom godina?

WS: Kada sam počeo da vežbam imao sam svoj biznis, gradio sam svoju kuću i bungalov za moje roditelje. Imao sam i malu decu, tako da je moja saradnja sa japanskim instruktorima bila ograničena. Naravno, odlazio sam na seminare kada sam mogao (uvek su demonstrirali nikijo). Moj prvi pravi kontakt sa japanskim instruktorom je bio kada sam počeo da vežbam pod profesorom K. Chibom 1965. Od tada sam vežbao sa nekoliko vrhunskih učitelja, skoro svi su oni bili učenici O'Senseija, Moriheja Ue-

shibe. Treninzi su bili naporni i veoma teški. Tokom letnjih škola vežbali smo svaki dan i tokom jela sa učiteljima mogli smo da razumemo jedni druge. Nekoliko japanskih učitelja je odsedalo u mojoj kući i kao svi ljudi, svi su bili drugačiji i ineresantni. Dok sam bio predsednik trenera za British Aikido Federation (BAF), bio sam u bliskom kontaktu sa Kanetsuka (Kanecka) Sensejemi. Što se tiče promena, vidi se promena na nekim učiteljima tako sto kreću svojim putem (sudbina) na strunjačama i izvan dođo-a. Jedina stvar koja se ne menja je njihova iskrenost u tome šta uče i vežbaju.

TK: Koji instruktor je o s t a v i o najviše uticaja na vas? Zašto?

WS: Svaki student oseća vezanost za učitelja sa kojim je počeo. Ovaj pristup ponekad predstavlja smetnju za napredak studenta. Vidim da bi neki studenti brže napredovali ako bi vežbali sa nekim drugim učiteljem. Ja pri tom ne mislim na promenu lojalnosti. Imam studente koji putuju velike razdaljine da bi vežbali sa mnom a lojalni su svom instruktoru i dođo-u. Ja bih njih manje cenio ukoliko to ne bi bio slučaj. Učitelj koji je najviše ostavio traga na mene u toliko različitih aspekata aikidoa - a nije očekivao da promenim način života - je Chiba Sensei. Bilo je toliko pokušaja da razumemo jedan drugog tokom godina, i naravno nekih razočarenja. Njegova iskrenost u tome što radi je bez sumnje. On je pokazivao ekstremnu ljubaznost i razumevanje i pomagao mi je tokom mojih aikido godina. Osećam da se možda nije

uvek slagao sa mojim pogledima, ali mi je dozvolio da pronađem svoj put. Put kojim sam ja pokušao da idem će koristiti aikido vežbanju u UK u budućnosti.

TK: Da li imate neke "interesantne" priče o nekom od ovih instruktora? Ne morate da pominjete imena ukoliko smatrate da to nije mudro.

WS: Kada je Chiba Sensei dosao u UK moj instruktor u to vreme ga je pozvao da održi seminar. Aikido je u to vreme bio u povojima i Chibino vežbanje je bilo nešto neviđeno. Na nesreću, Chiba Sensei i Mr Reynolds se nisu razumeli. Moj prijatelj, David Bushel i ja smo želeli da naučimo o aikidou što je više moguće i pitali smo Mr. Reynolds-a da li ima nešto protiv da mi vežbamo sa Chiba Senseijem. On nam je poželeo sreću i čak štaviše prodao nam je strunjače da osnujemo dođo. Mi smo počeli u West Heath centru i taj dođo sada vode dva moja prijatelja koji su bili samnom 30 godina, Roger Duras i Paul Wilkes. Kada smo osnovali dođo nismo imali nameru da osnujemo asocijaciju, ali tokom vremena sa Chiba Senseijem stvari su napredovale. Imali smo četiri kluba u početku i David Bushel je bio sekretar i blagajnik, na nesreću morao je da prestane da vežba i Gordon Jones je preuzeo dužnost sekretara i uchideshija. On je sada principal UKA i moj bliski prijatelj. Moj sin, Philip je sa mnom od rane mladosti (on je dobio Shodan od Chibe Senseija sa samo 16 godina). On mi i dalje pomaže u svemu što ja radim. Sada imamo i odličnog sekretara, Allan Roberts-a i ja imam sreću da imam ličnog sekre-



Slika gore:

Wilijem Smith Sensei i Aiki Došu Moriteru Ueshiba. Fotografija je preneti iz magazina "Traditional Karate", jun 2001.



Slike

*Gore i dole: William Smith Shihan
6.dan. Sa seminara u Engleskoj.*



tara, gospođu Pat Narey, koja je sa mnom preko 20 godina.

TK: Odlučili ste da napravite preokret od studenta ka učitelju, kada je to bilo i šta vas je nagnalo da to uradite?

WS: U početku sa Chiba Senseijem nije bilo instruktorskih kurseva, ali posle dobijanja Shodana neki od nas su pozvani da prisustvuju Fukushidoin (trenerskom) kursu koji je trajao preko 3 godine. Kursevi su bili održavani u Londonu gde je Sensei živeo. Ja sam uživao u njima, mada je bilo prilično intenzivno i imali smo česte testove. Većina nas je bila na osnovama aikidoa, ali trebalo je naučiti i rad sa bokenom. Ja sam imao sreću da sam položio testove i jos uvek imam diplome iz tog vremena, prva je čak štaviše iz Japana.

Profesor Chibino učenje se dosta promenilo. Studenti koji učestvuju u Fukushidoin i Shidoin kursevima treba da pokažu stvarnu predanost. Treninzi su teški fizički i mentalno.

TK: Da li mislite da je ta promena bila u pravo vreme ili ste trebali da čekate? Koji je vaš savet drugima koji razmišljaju o takvoj promeni?

WS: Mada je bilo veoma rano da počnem sa vođenjem treninga, nije bilo drugog izbora jer su instruktori bili retki. U mom klubu nije bilo crnih pojaseva ali smo imali sreću da nas vodi Chiba Sensei. On je proveo u Engleskoj 10 godina i često je odsedao u mojoj kući. Bio sam u mogućnosti da učim od njega u, i izvan dođoa. On je znao da je moje razumevanje njegove kulture i

aikidoa ograničeno. Moje učenje je napredovalo sporo. Ceo spektar se promenio. Mislim da asocijacija treba da pruži osnovu za učitelje i asistente. Nije potrebno da student drži trening pre nidana osim u specijalnim slučajevima. Instruktor treba da bude svestan koliko je predanosti i žrtvovanja potrebno za učenje i vodenje dođoa, mada to može biti veoma zahvalan deo njihovog aikido života.

TK: Kojoj asocijaciji ste pripadali i da li su vam pružali podršku tokom promene?

WS: Ja sam uvek bio pri Aikikai stilu i sa Hombu dođoom.

TK: Vi ste držali otvoreni seminar u Lowestoft-u sa Tom Mossom (Yama Arashi) i Haydn Foster-om (institute of Aikido), pozitivni dokaz da asocijacije mogu da rade zajedno za opštu dobrobit. Da li ćete držati još kurseva sa njima?

WS: Nadam se iz nekoliko razloga. Sa njima se dugo znam, mada je ovo naš tek treći zajednički seminar. Oni su poznati u UK i veoma uspešni. Oni su zaslužili poštovanje i poziciju zbog činjenice da su vežbali i učili za dobrobit studenata a ne zbog svog ega. (p.p. 8. i 9. juna 2002. treba da se održi četvrti seminar u Lowestoftu).

TK: Tokom godina izveli ste na put dosta crnih pojaseva, koji su napredovali, odustali ili počeli sopstvene klubove. Kako se osećate zbog toga?

WS: Ja sam ponosan na sve dan pojaseve koji su prošli kroz naš

dođo. Osim u zadnjih nekoliko godina, skoro svi su polagali kod Chibe Senseija, gostujućih japanskih instruktora ili mene. Sa proširenjem UKA, Shidoini su preuzeli polaganje do nidana. Mi imamo sreću sa senior instruktorima u UKA, postavili smo sistem kuća i to izgleda da dobro funkcioniše. Ja ih smatram za prijatelje, otvorene i iskrene u odnosima sa mnom i njihovim studentima. Naravno, imali smo ljude koji su nas napustili i kada osećate kao što ja osećam da su oni deo vašeg života, i deo sistema koji ste zajedno stvarali, to je veoma tužno. Bilo kako, razočarenja su mnogo manja nego sreća i zadovoljstvo koje imam od studenata. I ljudi koji su nastavili da vežbaju tokom godina i prijatelji koji su prestali da vežbaju su mi dragi i prijateljstvo mi je veoma dragoceno.

TK: Šta mislite o svojim poslednjih četrdest godina?

WS: U toku poslednjih četrdeset godina video sam mnogo promena, neke dobre, neke ne tako dobre. Kanetsuka sensei je pronašao svoj put u okviru BAF. On radi veoma vredno, posvetio je svoj život aikidou i našao sreću u porodičnom životu.

Stvaranje British Aikido Board (BAB) izgleda da napreduje u administrativnim poslovima, mada bih ja voleo da ima više napretka u kvalitetu učenja. Chiba Sensei ima British Aikikai (BA) i njegov progresivni aikido, održava seminare i letnje škole svake godine.

United Kingdom Aikikai (UKA) u našem novom sedištu napreduje,

održavajući seminare, zimske i letnje škole. Naročito mi je drago kada vidim instruktore koji rade zajedno, pokazujući entuzijazam i predanost.

TK: Koje su vaše lične ambicije?

WS: Moja lična ambicija se odnosi na moju familiju. Nadam se da će biti zdravi i srećni.

Što se tiče aikidoo, ja ću nastaviti da studiram. Radeći za dobrobit svih i sebe i ako se šansa ukaže da ujedinim Aikido u UK u nekoj formi.

TK: Sensei, mnogo vam hvala.

Mr. Smith, u svojoj skromnosti, nije spomenuo da je bio član Councila pri Internacionalnoj Aikido Federaciji (IAF) 12 godina. Posetio je Japan dva puta i trenirao sa vrhunskim aikido instruktorima, pogledajte sliku sa Doshu Moriterom Ueshibom.

Na letnjoj školi UKA održanoj od 22-23. marta 2003. godine u Ren-Shin Kan dođou objavljeno je svečano da je William Smith promovisan u Shihana (Šihana), najveću titulu u aikidou.

Od avgusta 2002. Smith Shihan je, pored ostalog, i tehnički direktor Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije.

*preveo sa engleskog:
Dr. Mire Zloh*

Slika dole:

Vilijem Smit Sensei 6.dan. Fotografija sa seminara u Beogradu juna 2002. godine.



Cath Davies, 4. dan, Fukushidoin



Slike

*Gore: Yoshiaki Yokota Sensei 7.dan.
Krajem osamdesetih je tri puta boravio
u Beogradu i držao seminare.*

Na jednom od instruktorskih kurseva Miyo Shin Juku kuće (jedan ogranak UKA), Brady Sensei (UKA Shidoin) je zamolio prisutne da daju svoje mišljenje o ukemiju: šta je i zašto mi radimo ukemi. Ovo, u sprezi sa mojim čitanjem knjige Saotome Senseija "Aikido and the Harmony of Nature", podstaklo me je da stavim svoja razmišljanja na papir. Zato je ovo pred vama što ćete da pročitate.

Ukemi

Kao što ja trenutno vidim, postoji 5 razloga za rađanje i primanje ukemija. To su, po redu prirodne progresije:

1. Da se uspešno primi tehnika bez povrede;
2. Da se dozvoli toriju da razvije tehniku;
3. Kroz razvijeni, osetljivi ukemi je moguće osetiti pravo srce tehnike;
4. Instruktor može osetiti gde je slabost u učenikovoj tehnici;
5. Da se omogući kaeshiwaza (protivnapad).

Pre nego što razradim ove razloge, želela bih da čitalac razmotri dve činjenice i da ih bude svestan tokom čitanja daljeg teksta:

- Ukemi bukvalno znači "telo koje prima"; Ne ramišljajte o ukemiju kao padu. To je mnogo više, to je opis ukeovog odgovora na/ili bacanje (nage-waza) ili na polugu (osae-waza). Pad (u slučaju nage-waze) je samo kraj procesa koji sprečava povrede.

- Aikido je 99% kondicionog treninga i 1% borilačka vestina; Chiba Sensei je rekao. Kondiciono pripremanje tela, kao tori i uke, je neophodno da bi se omogućila primena (i u dođou da se primeni) 1%

borilačke veštine. Ne očekujte da primena borilačke veštine bude uvek fizički očigledna. Bilo kako, mentalno to bi moralo uvek da bude prisutno.

Na najosnovnijem nivou, mi učimo kako da se kotrljamo. Zašto? Niko na ulici se ne bi kotrljao. Mi učimo kako da se kotrljamo tako da bi mogli da primimo nagewazu. Ovo omogućava partneru da vežba nagewazu sa pojačanom predanošću i energijom. Samo na taj način tori može razviti svoju tehniku. Isto, trebalo bi da postoji izvestno zadovoljstvo u osećaju moći u torijevoj tehnici znajući da smo preživeli bez povrede i da smo u mogućnosti da napadnemo ponovo.

Sa aspekta bezbednosti. Aikido je jedna od retkih borilačkih veština gde možete da vežbate tehnike u dođou kao što bi se radile na ulici zato što se vežba ukemi. (Trebalo bi istaći da pojedine tehnike, kao na primer iriminage, moguće je vežbati mekano, ali sa malo promene ista tehnika može postati praktična tehnika i za ulicu).

Šta je sa osaewazom? Ovde ne postoji jasna definicija, zato što ne postoji pad na kraju tehnike. Ovde je razumevanje ukemija kao tela koje prima veoma važno. Kada uke napadne, hvatom ili udarcem, on treba da to uradi sa osećajem da to

radi iz centra tela. Ne samo držati čvrsto ili udariti snažno sa šakom ili rukom. Slično, torijeva je namera da kontroliše ukea kroz kontrolu njegovog centra, ne samo kroz kontrolu ruke koja napada. Kada tori naruši ukeovu ravnotežu (kuzushi) i počne da primenjuje tehniku (u stvari protiv napad), ukeov odgovor je da se pomeri prema centru pokreta, harmonizujući se sa tehnikom. Ovdje postoji stalna razmena ko je "jin" a ko "jang". Na primer, kada uke prima nikiō ura, on se instiktivno skupi da izbegne torija i to radi da bude u centru celog pokreta. Ukoliko je tehnika primenjena pravilno, jedini način da se izbegne povreda je da se uke pomera prema toriju. To je interesantno, jer je to potpuno suprotno od onoga što bi instiktivno uradila osoba koja nije uvežbana.

Aikidoke sa nižim kju pojasevima se možda pitaju zašto iskusnije aikidoke tako teže da budu ukiji Shinanu?. "Zašto bi neko bio tako glup? Izgleda veoma opasno!" Ja bih sugerisala da je osećaj tehnike iz prve ruke potpuno različit od samog gledanja. Naravno, postoje stvari koje se vide dok se posmatra tehnika a propuste se dok si naglavačke u vazduhu nadajući se da ćeš sleteti pre nego što udariš u zid, ali ništa ne može da se uporedi sa osećajem moći dok se tehnika izvodi i dobijanja fizičkog saznanja odakle ta moć dolazi.

Ako ste instruktor, ponekad se samo kroz ukemi može osetiti studentova tehnika i stvarno saznati dali on ili ona razume tehniku. Često pokreti u izvođenju tehnike izgledaju tačno dok u stvari nedostaje suštinski element. Ova greška se ne

pravi često ako se tehnika i fizički oseti. Pojedini mladići dolaze i do dan pojaseva bez razumevanja tehnike, samo koristeći fizičku snagu i izgleda kao da im tehnika funkcioniše. Njihovi instruktori retko rade ukemi za njih pa ne mogu to da uoče. Konačno, kada se dođe do kaeshi waze, ako je tehnika perfektna nije moguće uraditi kontra tehniku. Medutim, većina naših tehnika nije perfektna i postoje mogućnosti da se uradi kontra. U pravilnom okruženju, tori bi trebao da bude zahvalan u slučaju ako uke uradi kontru, jer bi to trebalo da bude način da se više nauči i polira tehnika. O'Sensei je učio svoje uchideshije keashi wazu, kako bi oni znali nešto posebno i da ne bi bili osramoćeni pred svojim učenicima.

Moje je mišljenje da princip kaeshiwaze nije od pomoći početnicima, pošto ih razmišljanje o kontri dovodi do toga da bivaju napeti umesto da se opuste. To je upravo suprotno od onoga što je poželjno. Slabosti u tehnici, mogućnosti za kaeshiwazu su iskorišteni samo kroz dobar ukemi. To se ne radi da bi se pokvarila tehnika, već da bi i to bio sastavni deo tehnike, da uke ako bude u mogućnosti iskoristi slabosti u tehnici.

Da li uke napada sa očekivanjem da će biti pobeđen? Ne! U borilačkom duhu, sa dobrim ukemijem, mi stalno ostavljamo mogućnost da se povratimo u početnu poziciju, na primer napadača i namerenog pobeđenika.

*preveo sa engleskog:
Dr. Mire Zloh*



Program za polaganje za kyu pojaseve

Vremenski uslov izmedu ispita nije striktno definisan.
Neophodna je saglasnost trenera i ispunjen broj potrebnih treninga izmedu ispita.

6.kyu

uslov: 35 treninga

AIKITAISO (aikido gimnastika), **UKEMI** (padovi), **TAISABAKI** (kretanja)

Tachiwaza:

Katatetori Aihanmi:	Iriminage	
Katatetori Aihanmi:	Kotegaeshi	
Katatetori Aihanmi:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori Aihanmi:	Shikonage	omote i ura
Katatetori Aihanmi:	Uchikaitensankyo	omote

5.kyu

uslov: 70 treninga

SHIKKO (kretanje na kolenima),

Tachiwaza:

Shomenuchi:	Ikkyo	omote i ura
Shomenuchi:	Nikyo	omote i ura
Shomenuchi:	Kotegaeshi	
Katatetori:	Shikonage	omote i ura
Katatetori:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori:	Udekimenage	irimi i tenkan
Katatori:	Ikkyo	omote i ura

Suwarlwaza:

Shomenuchi:	Ikkyo	omote i ura
Katatori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyū Ho	

4.kyu

uslov: 1 semlnar i 80 treninga

Tachiwaza:

Katatetori:	Tenchinage	
Katatetori:	Nikyo	omote i ura
Ryotetori:	Iriminage	
Ryotetori:	Shihonage	omote i ura
Ryotetori:	Tenchinage	
Ryotetori:	Udekimenage	
Ryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyūnage	
Katateriyotetori:	Kokyūnage	
Shomenuchi:	Sankyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Shikonage	omote i ura
Yokomenuchi:	Iriminage	
Yokomenuchi:	Kotegaeshi	
Yokomenuchi:	Udekimenage	omote i ura
Chudantsuki:	Iriminage	
Chudantsuki:	Kotegaeshi	
Chudantsuki:	Udekimenage	
Chudantsuki:	Uchikaitensankyo	
Jodantsuki:	Ikkyo	omote i ura

Suwarlwaza:

Shomenuchi:	Nikyo	omote i ura
Shomenuchi:	Iriminage	
Katatori:	Nikyo	omote i ura

3.kyu

uslov: 1 semlnar i 80 treninga

Tachiwaza:

Katatetori:	Uchikaitennage	
Katatetori:	Sankyo	omote i ura
Katatetori:	Yonkyo	omote i ura
Kataryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Katateriyotetori:	Nikyo	omote i ura
Katateriyotetori:	Kotegaeshi	
Ryotetori:	Kotegaeshi	
Ryotetori:	Kokyūnage	
Shomenuchi:	Yonkyo	omote i ura
Shomenuchi:	Gokyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Ikkyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Uchikaitensankyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Tenchinage	
Chudantsuki:	Sankyo	omote i ura
Chudantsuki:	Hijikimeosae	
Chudantsuki:	Sotokaitennage	

Ushiwaza:

Ryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Nikyo	omote i ura
Ryotetori:	Sankyo	omote i ura
Ryotetori:	Hijikimeosae	
Ryotetori:	Kotegaeshi	
Ryotetori:	Shihonage	
Ryotetori:	Iriminage	

Suwarlwaza:

Shomenuchi:	Kotegaeshi	
Shomenuchi:	Sankyo	omote i ura
Shomenuchi:	Iriminage	
Katatori:	Sankyo	omote i ura

2.kyu

uslov: 1 seminar i 110 treninga

Tachiwaza:

Shomenuchi:	Jiyuwaza	
Shomenuchi:	Gokyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Nikyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Sankyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Yonkyo	omote i ura
Katateriyotetori:	Iriminage	
Katatori Menuchi:	Ikkyo	omote i ura
Katatori Menuchi:	Shihonage	
Katatori Menuchi:	Kotegaeshi	
Katatori Menuchi:	Iriminage	
Katatori Menuchi:	Koshinage	
Munetori:	Ikkyo	omote i ura
Munetori:	Sankyo	omote i ura
Munetori:	Shihonage	
Jodantsuki:	Nikyo	omote i ura
Jodantsuki:	Sankyo	omote i ura

Ushiwaza:

Ryokatatori:	Ikkyo	omote i ura
Ryokatatori:	Nikyo	omote i ura
Ryokatatori:	Sankyo	omote i ura
Ryokatatori:	Iriminage	
Ryokatatori:	Kotegaeshi	
Ryohijitori:	Kotegaeshi	
Ryokatatori:	Iriminage	
Kataterori Kubishime:	Ikkyo	omote i ura
Eritori:	Ikkyo	omote i ura

Suwarlwaza:

Shomenuchi:	Yonkyo	omote i ura
Shomenuchi:	Sotokaitennage	
Ryokatatori:	Ikkyo	omote i ura
Chudantsuki:	Kotegaeshi	
Jodantsuki:	Ikkyo	omote i ura

Osnove štapa (do) i mača (boken)

1.kyu

uslov: 1 seminar i 150 treninga

Tachiwaza:

Munetori Menuchi:	Ikkyo	omote i ura
Munetori Menuchi:	Nikyo	omote i ura
Munetori Menuchi:	Sankyo	omote i ura
Munetori Menuchi:	Koshinage	
Jodantsuki:	Yonkyo	omote i ura
Jodantsuki:	Iriminage	
Jodantsuki:	Shihonage	omote i ura
Jodantsuki:	Sotokaitennage	
Jodantsuki:	Ushirokiriotoshi	
Jodantsuki:	Koshinage	
Yokomenuchi:	Jiyuwaza	
Chudantsuki:	Jiyuwaza	

Ushiwaza:

Ryotetori:	Yonkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyūnage	
Ryotetori:	Koshinage	
Kataterori Kubishime:	Sankyo	
Kataterori Kubishime:	Hijikimeosae	
Eritori:	Ikkyo	omote i ura
Eritori:	Sankyo	omote i ura
Eritori:	Koshinage	

Suwarlwaza:

Shomenuchi:	Jiyuwaza	
Ryokatatori:	Sankyo	omote i ura
Ryokatatori:	Yonkyo	omote i ura
Katatori Menuchi:	Iriminage	
Katatori Menuchi:	Kotegaeshi	
Katatori Menuchi:	Kokyūnage	

Hanmihantachiwariwaza:

Katatetori:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori:	Shihonage	omote i ura
Katatetori:	Uchikaitennage	
Ryotetori:	Shihonage	omote i ura

Osnove štapa (do) i mača (boken)