

合気会 セルビア

# A

# IKIDO

*bilten*

Aikido federacija Srbije - Aikikai Srbije

broj 7



godišnji bilten , februar 2008.

Main grid of DVD covers for Aikido films, including titles like 'AIKIDO GOLD', 'AIKIDO COMPILACIJA 7 DIVX FILMOVA', and 'AIKIDO II'. Each cover features a different Aikido practitioner and includes technical details like 'DVD-DIVX' and 'AIKIDO SRBIJE'.



# broj 7

**Urednik:**  
Saša Obradović

**Saradnici:**  
Novak Jerkov, Kanoko Tsuda  
Dragan Antić, Tamara Drljević  
Katarina Novaković, Aleksandar Punoš  
Nebojša Oklobdžija, Vesna Cvetković  
Dragana Vidanović, Dejan Žikić  
Sanja Dimitrijević, Branimir Putnik  
Ivan Tašić, Snežana Todorović,  
Ljiljana Pelegrin, Ivana Kovačević  
Srđan Rusić, Iva Todorović  
Aleksandar Pavlović

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

**Dizajn, naslovna strana i DTP:**  
Saša Obradović



Aikido federacija Srbije  
Aikikai Srbije

**Štampa:**  
"Graf studio", Beograd

**Foto slog:**  
Avangardia, Zemun

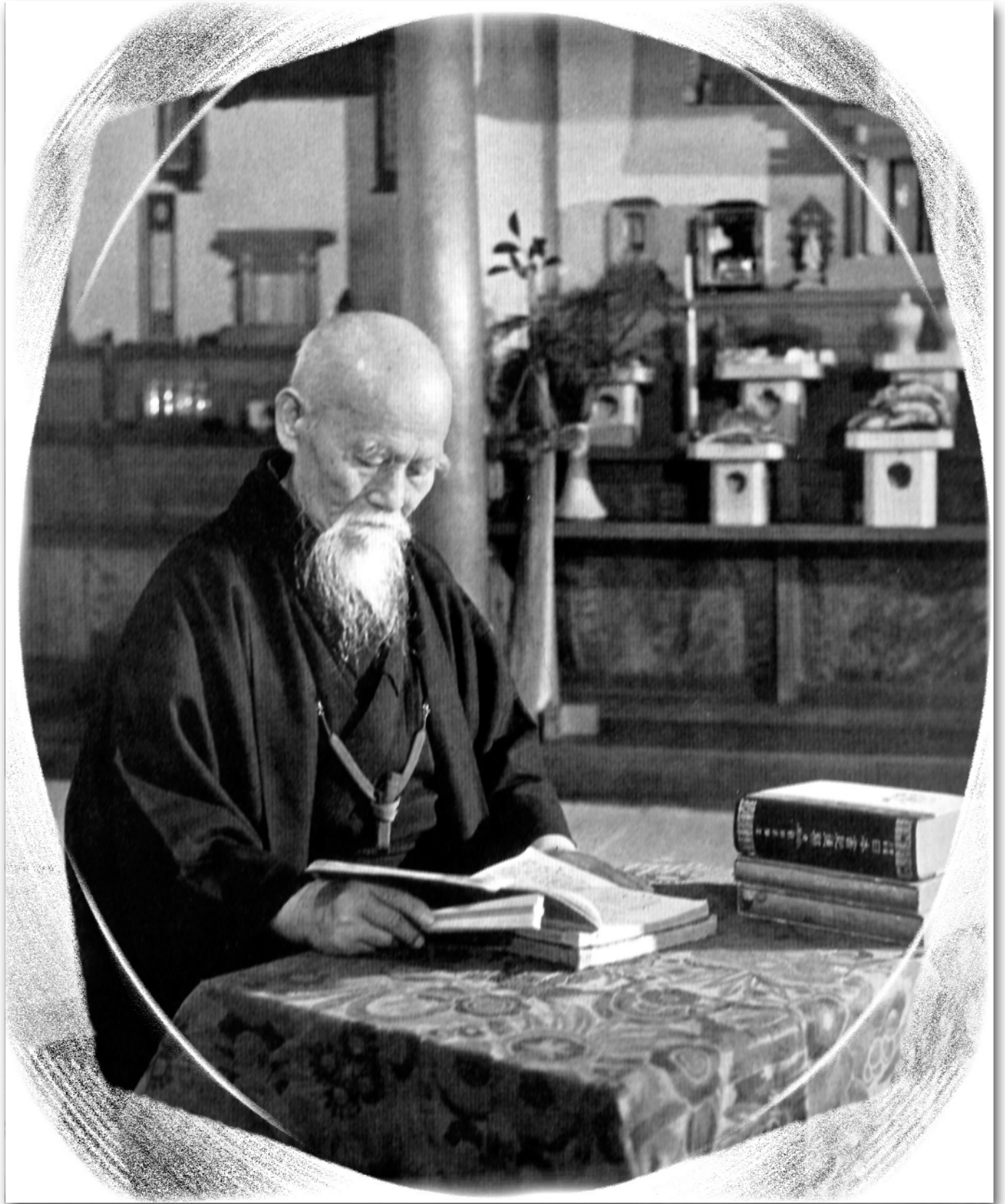
Broj 7  
tiraž 500 kom.

februar 2008.

tel. za informacije:  
064 125.10.71

aikikai@beotel.yu  
www.aiki.co.yu

Sadržaj	<b>3</b>
Novosti 2007.	<b>6</b>
<b>DOGAĐANJA 2007.</b>	
II seminar u Lukavcu, BIH	<b>8</b>
Seminar u Nišu AK "IKEDA"	<b>8</b>
Seminar u Nišu, AK "Sensei"	<b>9</b>
VII Međunarodni aikido seminar 2007.	<b>10</b>
Ispit u Novom Sadu	<b>12</b>
Seminar u Požarevcu	<b>12</b>
III i IV seminar u Lukavcu, BIH	<b>13</b>
Seminar u Nišu AK "IKEDA"	<b>14</b>
Seminar u Nišu, AK "Sensei"	<b>14</b>
VI Letnja aikido škola - Vrnjačka Banja 2007.	<b>15</b>
Seminar u Požarevcu	<b>17</b>
Ispit u Novom Sadu	<b>17</b>
10 godina web sajta	<b>18</b>
VII Zimska aikido škola 2007.	<b>20</b>
Polaganja za dan i kyu 2007.	<b>22</b>
Program za kyu polaganja	<b>26</b>
<b>AIKIDO</b>	
Intervju: "Kristian Tisie sensei"	<b>29</b>
Aikido primer - trening i vežbanje uma	<b>32</b>
Aikido - teži put	<b>34</b>
Opšta pitanja	<b>38</b>
Boken - mač	<b>41</b>
Jednom aikido - zauvek aikido	<b>47</b>
<b>UKUS BANZOVOG MAČA</b>	
Otkrivanje bogatstva duha u Srbiji . . .	<b>49</b>
Lao Ce	<b>53</b>
Japanski vrtovi	<b>56</b>



**B**udo nije stvar psihičke snage, rukovanja oružjem sa velikim umećem, niti sposobnost da oboriš drugu osobu pre nego što ona tebi uradi istu stvar. To je put prema večitoj mudrosti i duhovnom razumevanju. Ipak, ako nije delotvoran u pravoj praksi, on gubi svoju duhovnu vrednost i jedinstvenost. U pravom budou, nema neprijatelja. Ne bi trebalo da trenirate da biste postali snažni ili da biste bili u stanju da porazite neprijatelja već radije da biste mogli da budete od koristi svetskom miru.

Borilački put (Budo) koji otelotvoruje osećaj i opšte saosećanje je zasnovan na kreativnoj energiji univerzuma (takemusubi). Sve ostale su ništa više nego veštine uništenja. U početku sam veštinu zvao takemusubi aiki; kasnije sam odlučio da je zovem shobu aiki, budo koji stvara mudrost, rasuđivanje, um mudraca.

Prava pobeda shobu aikia je da obori i uništi misao sumnje i konflikta u vama samima i da ostvari i iznese sudbinu koju ste primili od božanskog providenja. Bez obzira kako ovo može biti filozofski objašnjeno, bezmalo je zapravo stavljeno u praksu, vi niste drugačiji od bilo koga drugog. Kroz vežbanje aikidoa data vam je ova moć.

Potcenjeno poreklo Budoa je duh opšte zaštite, negovanja i spasenja. To je ono što daje obnovljenu energiju vama i drugima. Ljudska bića su deca univerzalnog duha i ako su nesrećna to je zato što su se okrenula od svoje sopstvene prirode. Bez ljubavi nema dobrog ili zlog, sreće ili nesreće. Postoji samo konstantno davanje u pokušaju da se otplati neki deo dragocenog dara života koji je primljen i u kojem se čak i sada nastavlja da uživa. Nikad ne biste trebali biti zarobljeni idejom da imate probleme, da ste osoba duboke karme, ili da ste bezvredni. To je uvredljivo ne samo za vas same nego takođe i za ostale. Svi ljudi dele isto poreklo. Postoji samo jedna stvar koja je pogrešna ili neupotrebljiva. To je tvrdoglavo insistiranje da ste vi jedinka, odvojena od drugih. Zahvalite se i pokažite zahvalnost. Radite za raj na zemlji - na taj način će se vaša prava priroda neprestano razvijati.

Morihej Uešiba

*Ovo je jedna od poslednjih poruka Velikog učitelja izrečena nekoliko nedelja pred njegov odlazak. O sensei je umro 26. aprila 1969. godine.*

# Novosti

iz aikidoa - kod nas i u svetu



Od februara meseca vežbaju zajedno sa nama pukovnik Masaaki Dan 3.dan, vojni ataše pri Ambasadi Japana i g. Koseki glavni kuvar ambasadora. Na 53 strani nalazi se tekst gospodina Dana o Srbiji objavljen u japanskim nedeljnim novinama.



Međunarodni seminar sa **Gordonom Džonsom** 6.dan i **Filipom Smitom** 6.dan održan je u periodu od 30. marta do 2. aprila 2007. godine u Zemunu.

Gosti iz UKA bili su: Mark Vanes 4.dan, Louise Hunt 3.dan, Sean Taylor 1.dan, Sharon Petford 1.dan, Brian Eddington i mali Michael.



Na seminaru je održan ispit nakon koga smo dobili 4 prva, 5 drugih i jedan četvrti dan pojas.

Ovaj međunarodni seminar trajao je, dosad najduže, četiri dana.

Krajem maja 2008. godine Gordon Džons sensei i stari, kao i novi gosti biće ponovo sa nama.



Od 5 - 11. avgusta 2007. godine, na tradicionalnoj "VI Letnjoj aikido školi Aikido federacije Srbije" u Vrnjačkoj Banji bilo je prisutno 67 veselih učesnika, neračunajući turisti, mame, tate, devojke i momke.



Najveća aikido CD-teka kod nas početkom 2008. godine sadrži 30 DivX naslova. Diskovi su tematski razvrstani, a smešteni su i na 5



posebne DVD kompilacije, uz još 9 DVD izdanja! U toku 2007. izašla su četiri nova naslova na kojima je materijal sa aikido seminara održanih te godine.



Od septembra 2007. godine na najpopularnijem svetskom web video portlalu našli su se i naši aikido klipovi (za sad ih je 18 i biće ih još u narednom periodu) sa snimcima od 1989. godine do danas.

Treba vam malo brža ADSL ili kablovska veza sa internetom i aikido svet je samo vaš! Pogledajte na [www.aiki.co.yu](http://www.aiki.co.yu).

2007.



Zvanični sajt "Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije" je 18. novembra 2007. obeležio 10 godina na webu. Danas sajt sadrži preko 330 strana na srpskom i engleskom jeziku i preko 3.000 fotografija. Treba se podsetiti da je internet stigao kod nas tek nešto ranije, početkom 1996. godine.

Na 18 strani ovog biltena se nalazi tekst posvećen ovom malom jubileju.

Adresa [www.aiki.co.yu](http://www.aiki.co.yu) će u skladu sa gašenjem yu domena biti do kraja godine promenjena i sajt će se nalaziti na [www.aiki.rs](http://www.aiki.rs).



Sredinom decembra 2007. godine imali smo veliko zadovoljstvo da ugostimo Matyaras Konstadinos senseia 4.dan iz "Hellenic Aikido Association" i da vežbamo zajedno na nekoliko treninga.



Ovaj sedmi broj aikido biltena je izlazio u istom tiražu kao i predhodni broj i ima rekordnih 60 strana.

Hvala svima koji su uzeli učešća u njegovoj realizaciji.

*Handwritten signature of Gordon Džons*

# Događanja 2007.

Aikido seminari  
Polaganja  
Embukai



*Slika:*

*“VI letnja aikido škola” u Vrnjačkoj Banji od 5 - 11. avgusta 2007. god.*

合気道

Saša Obradović 4.dan  
**II Seminar u Lukavcu, BiH**  
 19 - 21. januar 2007.



AK "GARD", 19 -21. januara 2007.

Igor Strahinić 3.dan i Dragan Antić 2.dan

## Seminar u Nišu

21. januar 2007.

"IKEDA" Group

U nedelju, 21. januara 2007. u Nišu je održan još jedan zimski seminar Aikikai Srbije, koji su vodili Igor Strahinić 3.dan i Dragan Antić 2.dan.

Ponovni susret sa prijateljima iz drugih klubova, na oko 200m<sup>2</sup> tatamija, inspirisao je aikidoke da sa velikim žarom rade tehnike prikazane na ovom seminaru.

Svojim radom i entuzijazmom, majstori su nas podsetili na reči O senseia: "Da se tehnike aikidoa stalno menjaju i da je svaki susret sa ovom veštinom jedinstven i neponovljiv".







AK "IKEDA", 21. januar 2007.

Na kraju seminara održan je ispit za kyu stepene, koji su svi dočekali sa nestrpljenjem, i na kome su dodeljena 43 nova zvanja.

*Igor Strahinić*

## Saša Obradović 4.dan Seminar u Nišu 27 - 28. januar 2007. AK "Sensei"

Tradicionalni, četvrti po redu, januarski seminar AK "SENSEI" održan je 27. i 28-og januara u sali OŠ "Car Konstantin" pod vođstvom g. Saše Obradovića 4.dan.

Svi članovi, kako stariji tako i mlađi, zajedno su vežbali aikido tehnike, tehnike štapa i mača bez predaha, svih osam sati seminara.

Vreme između seminara g.Saša je iskoristio da prošetala poznatim ulicama Niša, a posebno je bio zanimljiv susret sa Stevanom Sremcem i Kalčom, na obostrano zadovoljstvo.

Seminar se, kao i obično, završio uspešnim polaganjem, ovog puta za 16 novih pojaseva!

Zadovoljni ovim seminarom sa nestrpljenjem očekujemo jun kada ćemo imati čast da ugostimo pored g. Saše Obradovića i g. Novaka Jerkova.

*Ivan Tašić*



## VI Međunarodni aikido seminar

Gordon Jones 6.dan

Philip Smith 6.dan

30. mart - 2. april 2007.

i gosti:

Mark Vanes 4.dan, Louise Hunt 3.dan,  
Sean Taylor 1.dan, Sharon Petford 1.dan,  
Brian Eddginton i mali Michael.





**VI** Međunarodni aikido seminar Aikido Federacije Srbije su vodili, kao i predhodne dve godine, majstori Gordon Džons Shihan 6.dan i Filip Smit Sensei 6.dan. Na seminaru je prisustvovalo 117 učesnika iz desetak aikido organizacija.

U nedelju je održan ispit za dan pojas nakon koga smo dobili deset novih pojaseva prvog, drugog i četvrtog dana. Prijavljeno je bilo 16 kandidata, što znači da je bilo padanja na ispitu.

Poslednjeg dana seminara treninzi su održani u dođou AK "Zemun" čime je zaokružen seminar koji je sa dva senseia i 14 časova treninga po svom obimu nadmašio sve međunarodne seminare do sada.

Slobodno vreme između ovih silnih treninga iskorišćeno je za druženje i izlete u Novi Sad i na Avalu.

Nakon seminara izašao je, kao i obično, DVD na kome se našlo preko 2 časa probranog materijala.

Saša Obradović 4.dan  
**Ispit u Novom Sadu**

28. april 2007.

AK "Budo"



AK "BUDO", 28. april 2007.

Saša Obradović 4.dan  
**Seminar u Požarevcu**

29. april 2007.



AK "DAITOKAN", 29. april 2007.

Saša Obradović 4.dan

# III i VI Seminar u Lukavcu, BiH

25 - 27. maj 2007.

21 - 23. septembar 2007.



Od 25. do 27. maja 2007. godine održan je treći seminar u BiH. Zahvaljujući velikom entuzijazmu našeg domaćina ponovo smo bili u Lukavcu. Aikido, druženje i duge šetnje ispunile su tri duga dana.

Od 21. do 23. septembra 2007. godine održan je i četvrti seminar u Lukavcu.

Ukupno deset sati treninga i mnogobrojne aktivnosti van treninga obeležile su i ovaj vikend.

U nedelju je u popodnevnom terminu održan ispit za kyu pojaseve.

U subotu smo posetili Konjuh planinu, u nedelju Ozren a u ponedeljak Renault servis i grad Tuzlu!

Hvala Davidu na već uobičajenom gostoprimstvu, Kanoko, Edinu i Katarini na podršci, a Branislavu, Jasminu i Denisu na prisustvu seminarima.

Sledeći seminar planiran je za kraj maja 2008. godine.

Saša Obradović 4.dan  
**Seminar u Nišu**

16 - 17. jun 2007.

"IKEDA" Group



AK "IKEDA", 16 - 17. jun 2007.



**N**a seminaru je prisustvovalo preko 40 učesnika, a na ispitu viši pojas je dobilo 26 članova aikido klubova "IKEDA 1-3".

Već narednog vikenda održan je seminar i u drugom niškom klubu, AK "Sensei". >>>

Saša Obradović 4.dan  
Novak Jerkov 4.dan  
**Seminar u Nišu**

23 - 24. jun 2007.

AK "Sensei"



AK "SENSEI", 23 - 24. jun 2007.

Saša Obradović 4.dan  
Novak Jerkov 4.dan

# VI letnja aikido škola Vrnjačka Banja

*Šesta letnja škola Aikido federacije Srbije održana je prve nedelje avgusta tradicionalno u Vrnjačkoj Banji i prisustvovalo joj je 67 učesnika.*



4 - II. avgusta 2007.

“VI letnjoj aikido školi” u Vrnjačkoj Banji je prisustvovalo 67 učesnika, nerachunajući turiste, mame i tate.

Na seminaru je održana i promocija tj. dodala diploma sa poslednjeg ispita za dan pojas aprila ove godine.

Treninzi su se odvijali po uobičajenom rasporedu u prepodnevnom

časovima, a popodne je bilo posvećeno aktivnostima koje pristaju svakom letovanju.

Dosadna kiša je bila kao i svake godine uz nas ali nam nije mogla ništa - uspeali smo da realizujemo trening u prirodi na koji smo čekali dve godine!

Na seminaru smo dobili i četiri žuta kanarinca, što je posledica

stresa prouzrokovanog vežbanjem dugačke kate sa štapom u paru.

Mogli smo tokom seminara uživati i u “Odbrani Sokratovoj” od velikog Platona. Broj aikidista, iako reprezentativan, ipak je bio skroman na ovom skupu. Od sad će se to pitati na ispitu za 1.kyu!

Do sledećeg leta i ponovnog druženja na istom mestu!







Saša Obradović 4.dan  
**Seminar u Požarevcu**  
 3. novembar 2007.  
 AK "Daitokan"



Seminar je održan u velikoj sali škole i bilo je prisutno 18 raspo-  
 složenih učesnika. Nakon ispita dodeljeno je 6 novih zvanja.

Saša Obradović 4.dan  
**Ispit u Novom Sadu**  
 17. novembar 2007.  
 AK "Budo"

Dana 17. novembra 2007. održan je drugi ispit za kyu pojaseve u klubu u 2007. godini. Uspešno je 10 kandidata položilo za viši stepen. Nakon kraćeg druženja sa ljubaznim domaćinima krenuli smo lagano na put ka Beogradu. Sve je izgledao kao u "Zvezdanim stazama" sa gustim snegom koji se ledio na prednjem staklu dok smo zajedno sa desetak najluđih vozača jurili manje od 2 Wopra, negde oko 30 km/sat . . .



# 10 godina web sajta

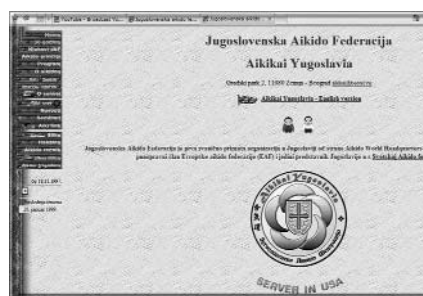
18. novembar 1997. – 18. novembar 2007.



Prošlo je 10 godina od kada su prve stranice našeg sajta postavljene na web. Tog novembra 1997. godine internet je tek godinu dana postojao u Srbiji. Sajt je tada imao samo deset strana, uključujući i home page, predstavljao je tadašnju aikido organizaciju i klubove i nalazio se na web adresi: [www.beotel.yu/~aikikai](http://www.beotel.yu/~aikikai). Sve je izgledalo naivno i trapavo - kao i svaki drugi početak.

Već 1999. sajt je narastao na celih 20 stranica (linkovi ka svakoj od njih vodili su, kao što se vidi sa slike desno, sa prve strane i skromnih 1Mb prostora koliko je bilo predviđeno za privatne prezentacije pod kojim se sajt krio nije bilo dovoljno za sve tadašnje sadržaje. Bile su zato neophodne akrobacije kao otprilike: za neke fotografije je link ka adresi na, [www.beotel.yu/](http://www.beotel.yu/)

~aikikai; za druge fotografije i strane ka: [www.beotel.yu/~osasa](http://www.beotel.yu/~osasa); preostalo se nalazilo na trećoj adresi: [www.beotel.yu/~shinken](http://www.beotel.yu/~shinken).



Tokom te godine izgled prezentacije se više puta menjao i konačno je početkom 2000. godine zakupljen prostor na serveru i sajt je osvanuo na normalnoj web adresi: [www.aikikai.org.yu](http://www.aikikai.org.yu) danas nepostojeće "Jugoslovenske aikido federacije". U to vreme se ta nesrećna organizacija deli po prvi put (poput amebe) a sajt nastavlja

da živi i da raste zajedno sa web-masterom koji je naravno prestao da raste, na sadašnjoj web adresi i pod okriljem "Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije".

Sadržaj sajta koji je postojao je 2000-te godine ostao je predhodnih godina, iz neke sentimentalnosti ili zato što ne umeju bolje, kao najveći deo prezentacije



"Aikido federacije SCG" (što je bila tad druga polovina podeljenog JAF).

# www.aiki.co.yu

## uskoro na: www.aiki.rs

Danas se ovo istorijsko, svima izgleda drago parče sajta, nalazi uz sve slike i tadašnje slovne greške kao glavni deo prezentacije "Aikido asocijacije Srbije", organizacije koja je pola od pomenute, pre sedam godine podeljene polovine, a taj sajt krije se na adresi: [www.aikikai-srbija.org.yu](http://www.aikikai-srbija.org.yu). Da ova



zbrka bude kompletna, obe ove odskora razvedene aikido organizacije (četvrtine, u skladu sa deljenjem) su uz svoje ime dodale i Aikikai Srbija koji je naša "Aikido federacija Srbije" imala u svom nazivu od osnivanja 2000. godine!

Simpatično i prilično komplikovano, zar ne?

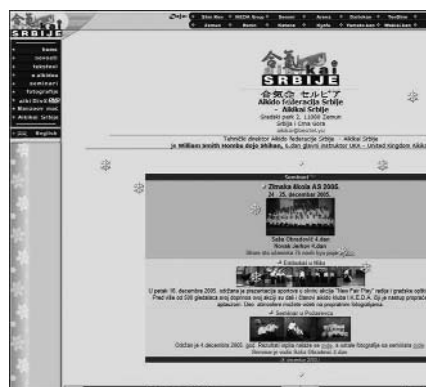
Od 19.12.2000. sajt je na današnjoj web adresi [www.aiki.co.yu](http://www.aiki.co.yu) i od tad je kontinuirano obogaćivan novim tekstovima, intervjuima, fotografijama i desetinama kompletno novih rubrika.

Od 2002. aktuelna offline vezija nalazi se i na većini (gde za to ima prostora) aikido diskova iz bogate DivX produkcije. Uz opšte strane

i delovi o klubovima postajali su sadržajni donoseći informacije specifične za njihov rad.

Od septembra 2007. godine integrisani su u postojeće strane i linkovi ka u to vreme postavljenim avi filmovima na kojima su klipovi sa mnogobrojnih značajnih događaja iz domaćeg aikidoa i bogato su iskorišćene prednosti servisa YouTube.

O veličini i sveobuhvatnosti informacija prezentacije koja je nastajala u kontinutetu celu deceniju je



lakše govoriti: sajt čini trenutno preko 335 strana u delu na srpskom i engleskom jeziku, postoji u ovom času preko 2.880 fotografija i više od 20.000 linkova!

Pregled aikido linkova na posebnoj strani obuhvata preko 1.400 adresa aikido sajtova a MA linkova je više od 2.300.

O kvalitetu sajta i informacijama prisutnim na njemu moraće svako

od posetilaca i čitaoca ovog teksta sâm da donese svoj kritički sud.

Posećenost sajta, kao jedan od najbitnijih parametara za ovaj medij, i bez postojanja nagradne igre i izbora za Miss aikidoa (što i nisu loše ideje), konstantno je išla na gore - najviši rezultati zabeleženi su oktobra 2007. godine.

Za lakši pregled danas prilično velikog sajta možete koristiti indekse strana, ili indeks autora.

Kao opipljivija i mnogima srcu bliža podrška prezentaciji, jedan put godišnje, izlazi i ovaj bilten - jedinstven i za sad neprepisivan!



Na posletku, zahvaljujući izuzetnom timu saradnika i njihovom doprinosu ovaj sajt je postao ovo što jeste danas - hvala im svima!

Tekst "Aikido - teži put" koji se nalazi u ovom broju aikido biltena posvećen je na neki način upravo ovom malom jubileju.

Radoš Vuković 2.dan Iaido  
Saša Obradović 4.dan  
Novak Jerkov 4.dan

## VII Zimska aikido škola

22 - 23. decembar 2007.



Tradicionalno, krajem decembra, održan je "VI zimski aikido seminar" Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije.

Seminar je održan u ulici romantičnog imena - u Ševinoj, u dođou AK "Zemun" na standardnih 230 m<sup>2</sup> tatamija.

Treninge su, kao i prošle zimske škole vodili Radoš Vuković 2.dan Iaido, Saša Obradović 4.dan i Novak Jerkov 4.dan.

Seminaru je prisustvovalo 95 učesnika, nešto manje u odnosu na prošlogodišnjih 104.

Imali smo i goste iz SAF što je prijatna novost.

U nedelju je održan ispit za kyu pojaseve. Položilo je 45 kandidata uz prisustvo mnogobrojne publike.

Tokom seminara su uručene i diplome sa poslednjeg ispita za dan pojasa prisutnim polagačima.



# Polaganja za kyu i dan



## 2007.

u periodu od 1. januara 2007. do 31. decembra 2007. godine

### 2007. god.

BEOGRAD 02/01/2007.

**AK "SHIN KEN",**  
**Novak Jerkov**

Lazar Lakić 10<sup>o</sup> KYU  
Filip Crnjanski 8<sup>o</sup> KYU  
Ivan Kovačević 8<sup>o</sup> KYU  
Ana Tomić 6<sup>o</sup> KYU  
Luka Grbović 5<sup>o</sup> KYU  
Danilo Grbović 5<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Igor Strahinić**

Filip Jovanović 8<sup>o</sup> KYU  
Tamara Jeremić 8<sup>o</sup> KYU  
Nikola Lukić 7<sup>o</sup> KYU  
Darko Pantelić 4<sup>o</sup> KYU  
Zoran Lukić 3<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Dragan Antić**

Nenad Anđelković 10<sup>o</sup> KYU  
Nikola Mihajlović 10<sup>o</sup> KYU  
Miroslav Đorđević 6<sup>o</sup> KYU  
Ignjat Ristić 6<sup>o</sup> KYU  
Ivan Petrović 6<sup>o</sup> KYU  
Aleksandar Mihailović 6<sup>o</sup> KYU  
Dejan Pavlović 6<sup>o</sup> KYU  
Dejan Antić 6<sup>o</sup> KYU  
Duško Dragutinović 6<sup>o</sup> KYU  
Damjan Ivanović 6<sup>o</sup> KYU  
Dušan Pavlović 5<sup>o</sup> KYU  
Andrija Tomašević 5<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA 3",**  
**Igor Strahinić**

Miomir Nikolić 10<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Dragan Antić**

Stefan Rakić 10<sup>o</sup> KYU

Nemanja Savić

Vladimir Ristić

Marko Aleksić

Dušan Nikolić

Veljko Savić

Vladica Bošković

Jovan Janković

Marko Nikolić

Vladan Savić

10<sup>o</sup> KYU

10<sup>o</sup> KYU

9<sup>o</sup> KYU

9<sup>o</sup> KYU

8<sup>o</sup> KYU

6<sup>o</sup> KYU

6<sup>o</sup> KYU

6<sup>o</sup> KYU

5<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA 2",**  
**Igor Strahinić**

Danilo Simić

4<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA ",**  
**Dragan Antić**

Nikola Milovanović

5<sup>o</sup> KYU

Mirjana Miletić

5<sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 21/01/2007.

**AK "IKEDA ",**  
**Igor Strahinić**

Desimir Đorđević

8<sup>o</sup> KYU

Miodrag Petković

7<sup>o</sup> KYU

Đorđe Voštić

7<sup>o</sup> KYU

Anita Nikolić

6<sup>o</sup> KYU

Gorana Stojkov

6<sup>o</sup> KYU

Nemanja Nikolić

6<sup>o</sup> KYU

Nikola Brkić

6<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Marjanović

4<sup>o</sup> KYU

Uroš Živković

4<sup>o</sup> KYU

Marko Ugrenović

4<sup>o</sup> KYU

Milan Đorđević

4<sup>o</sup> KYU

Marina Petković

4<sup>o</sup> KYU

LUKAVAC, BiH 21/01/2007.

**AK "ZEMUN",**  
**Saša Obradović**

David Kulišić

5<sup>o</sup> KYU

Branislav Lukić

5<sup>o</sup> KYU

Denis Dugonjić

5<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 28/01/2007.

**AK "SENSEI",**  
**Saša Obradović**

Kristina Mitić 10<sup>o</sup> KYU

Đorđe Randelović 9<sup>o</sup> KYU

Danilo Lalić 9<sup>o</sup> KYU

Marija Savić 9<sup>o</sup> KYU

Nikola Nikolić 8<sup>o</sup> KYU

Filip Boševski 8<sup>o</sup> KYU

Petar Radosavljević 6<sup>o</sup> KYU

Ivana Josifović 6<sup>o</sup> KYU

Nikola Josifović 6<sup>o</sup> KYU

Ljubiša Ivković 4<sup>o</sup> KYU

Ivan Bogdanović 4<sup>o</sup> KYU

Dejan Mirković 4<sup>o</sup> KYU

Bratislava Pešić 4<sup>o</sup> KYU

Nemanja Marković 4<sup>o</sup> KYU

Miloš Živić 3<sup>o</sup> KYU

Nikola Ivanović 2<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD 03/02/2007.

**AK "RONIN",**  
**Saša Obradović**

Vladimir Kotlaja 7<sup>o</sup> KYU

Jovan Peričić 7<sup>o</sup> KYU

Uroš Mikić 6<sup>o</sup> KYU

Dražen Ujić 6<sup>o</sup> KYU

Velimir Kotlaja 6<sup>o</sup> KYU

Svetlana Vujčić 5<sup>o</sup> KYU

Vladimir Plamenac 3<sup>o</sup> KYU

ZEMUN 03/02/2007.

**AK "ZEMUN",**  
**Saša Obradović**

Nikola Ivaniš 5<sup>o</sup> KYU

Miljana Dželetović 3<sup>o</sup> KYU

KRUŠEVAC 24/02/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Igor Strahinić**

Luka Milanović 10<sup>o</sup> KYU

Aleksa Ljubisavljević 10<sup>o</sup> KYU

Pavle Lukić 9<sup>o</sup> KYU

Tijana Savić 7<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD 07/03/2007.		OBLAČINA 27/04/2007.		Milica Badža 7° KYU	
<b>AK "YAMATO-KAN",</b>		<b>AK "IKEDA 3",</b>		Una Kovačević 7° KYU	
<b>Saša Obradović</b>		<b>Igor Strahinić</b>		Nataša Cvetanović 7° KYU	
Igor Kokar 6° KYU		Nikola Jevtić 8° KYU		Rade Perišić 6° KYU	
Mario Medić 6° KYU		Stefan Rakić 8° KYU		Đorđe Rusić 6° KYU	
		Vladimir Ristić 8° KYU		Jovana Marković 6° KYU	
BEOGRAD 19/03/2007.		NOVI SAD 28/04/2007.		Jelena Stanišić 6° KYU	
<b>AK "KYOFU",</b>		<b>AK "BUDO",</b>		ZEMUN 01/05/2007.	
<b>Saša Obradović</b>		<b>Saša Obradović</b>		<b>AK "ZEMUN",</b>	
Filip Blagojević 7° KYU		Miloš Josifović 9° KYU		Luka Grozdanić 8° KYU	
Marko Škrkić 6° KYU		Aleksa Alimpić 8° KYU		Kosta Radović 5° KYU	
Nikola Stošić 4° KYU		Filip Nedeljkov 7° KYU		Dominik Hršak 5° KYU	
		Ema Jocić 7° KYU		Ivana Cenerić 5° KYU	
ZEMUN, 01/04/2007.		Dušan Jocić 7° KYU		Marinko Stanković 4° KYU	
<b>MEĐUNARODNI SEMINAR</b>		Radovan Ilić 6° KYU		Ivana Živanović 3° KYU	
<b>Gordon Jones</b>		Vladimir Veskov 6° KYU		Branimir Putnik 3° KYU	
Nebojša Oklobdžija 4° DAN		Milan Matović 6° KYU		Dušan Bajagić 2° KYU	
		Aleksa Nedeljkov 6° KYU		BEOGRAD 17/05/2007.	
ZEMUN, 01/04/2007.		Tijana Jocić 6° KYU		<b>AK "WAKIA-KAN",</b>	
<b>MEĐUNARODNI SEMINAR</b>		Aleksandar Đuragić 6° KYU		<b>Edin Bečković</b>	
<b>Philip Smith</b>		Nikola Terzin 5° KYU		Nikola Ložaić 12° KYU	
Katarina Novaković 1° DAN		Dimitrije Čabarkapa 5° KYU		Vuk Volkov Popović 12° KYU	
Miloš Todorović 1° DAN		Marija Sojević 4° KYU		Emilia Urošević 12° KYU	
Aleksandar Pavlović 1° DAN		Ivana Morarević 4° KYU		Marko Ložaić 8° KYU	
Srđan Pešić 1° DAN		Dane Lončar 4° KYU		Pia Vagle 8° KYU	
Ivana Kovačević 2° DAN		NIŠ 29/04/2007.		Eleanor Bainbridge 7° KYU	
Marija Đorđević 2° DAN		<b>AK "IKEDA",</b>		LUKAVAC, BiH 27/05/2007.	
Milorad Mirčetić 2° DAN		<b>Igor Strahinić</b>		<b>AK "ZEMUN",</b>	
Milan Likić 2° DAN		Mihajlo Milovanović 10° KYU		<b>Saša Obradović</b>	
Predrag Tadić 2° DAN		Nenad Mladenović 10° KYU		David Kulišić 4° KYU	
		Anja Milićević 10° KYU		Branislav Lukić 4° KYU	
BEOGRAD 05/04/2007.		Dimitrije Nešić 10° KYU		Denis Dugonjić 4° KYU	
<b>AK "SHIN KEN",</b>		Maša Nešić 10° KYU		BEOGRAD 04/06/2007.	
<b>Novak Jerkov</b>		Nikola Raičević 9° KYU		<b>AK "KYOFU",</b>	
Miloš Simeunović 6° KYU		Desimir Đorđević 7° KYU		<b>Saša Obradović</b>	
Milan Kovačević 6° KYU		POŽAREVAC 29/04/2007.		Jovan Krajačić 8° KYU	
Aleksandar Božić 6° KYU		<b>AK "DAITOKAN",</b>		Bogdan Radenković 8° KYU	
Vladimir Babić 5° KYU		<b>Saša Obradović</b>		Velimir Nenadić 8° KYU	
Miloš Đurđević 2° KYU		Darko Trbanos 8° KYU		Damjan Lazović 8° KYU	
Nebojša Mrmak 2° KYU		Aleksandar Veljković 7° KYU		Milan Krajačić 6° KYU	
		Danijela Milenković 2° KYU		Mateja Trifunovski 6° KYU	
BEOGRAD 13/04/2007.		BEOGRAD 01/05/2007.		Božidar Cicović 6° KYU	
<b>AK "ARENA",</b>		<b>AK "RONIN",</b>		Veljko Jović 6° KYU	
<b>Nebojša Oklobdžija</b>		<b>Saša Obradović</b>		Ljubo Radić 5° KYU	
Saša Jakšić 8° KYU		Vanja Marković 7° KYU		ispiti 2007.	
Stefan Šeatović 8° KYU					
Miloš Živadinović 6° KYU					
Andreja Vujičić 6° KYU					
Velimir Radičević 6° KYU					

***Tabela desno:***

***Zbirni rezultati ispita od 1998. do 2007. god.***

BEOGRAD 05/06/2007.

**AK "YAMATO-KAN",**  
**Saša Obradović**

Dimitrije Demić	7 <sup>o</sup> KYU
Darko Demić	6 <sup>o</sup> KYU
Nikola Teofilović	6 <sup>o</sup> KYU
Vuk Mikalački	6 <sup>o</sup> KYU
Milan Vojinović	6 <sup>o</sup> KYU
Teodora Piperin	4 <sup>o</sup> KYU
Sebastijan Jeršinovec	3 <sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA ",**  
**Dragan Antić**

Anđela Grozdanović	10 <sup>o</sup> KYU
Anja Miličević	9 <sup>o</sup> KYU
Maša Nešić	9 <sup>o</sup> KYU
Dimitrije Nešić	9 <sup>o</sup> KYU
Nenad Mladenović	9 <sup>o</sup> KYU
Nikola Raičević	8 <sup>o</sup> KYU
Marko Milosavljević	8 <sup>o</sup> KYU
Desimir Đorđević	6 <sup>o</sup> KYU
Đorđe Voštić	8 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Čokrev	5 <sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA ",**  
**Igor Strahinić**

Nikola Brkić	5 <sup>o</sup> KYU
Nemanja Nikolić	5 <sup>o</sup> KYU
Mirjana Miletić	4 <sup>o</sup> KYU
Nikola Milovanović	4 <sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA ",**  
**Saša Obradović**

Mihajlo Puzić	2 <sup>o</sup> KYU
Srđan Đorđević	1 <sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA2 ",**  
**Igor Strahinić**

Dušan Veljković	5 <sup>o</sup> KYU
-----------------	--------------------

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA3 ",**  
**Dragan Antić**

Marko Aleksić	7 <sup>o</sup> KYU
Dušan Nikolić	7 <sup>o</sup> KYU
Veljko Savić	6 <sup>o</sup> KYU

NIŠ, seminar 17/06/2007.

**AK "IKEDA3 ",**  
**Igor Strahinić**

Marko Nikolić	5 <sup>o</sup> KYU
Darko Stojković	4 <sup>o</sup> KYU
Vladan Savić	4 <sup>o</sup> KYU
Nikola Kostić	4 <sup>o</sup> KYU
Stefan Ibrić	4 <sup>o</sup> KYU

BEOGRAD 18/06/2007.

**AK "RONIN",**  
**Saša Obradović**

Jovan Miletić	8 <sup>o</sup> KYU
Sanja Kljaić	7 <sup>o</sup> KYU
Milan Čović	6 <sup>o</sup> KYU
Miloš Dodić	6 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Arslanovski	6 <sup>o</sup> KYU
Nikola Gvozdić	6 <sup>o</sup> KYU
Stojan Miljević	6 <sup>o</sup> KYU
Miloš Gvozdić	6 <sup>o</sup> KYU
Miroslav Davidović	6 <sup>o</sup> KYU
Miloš Šibalić	5 <sup>o</sup> KYU
Ema Crnomarković	5 <sup>o</sup> KYU
Milan Kljaić	5 <sup>o</sup> KYU
Saša Mijailović	5 <sup>o</sup> KYU
Ognjen Čović	5 <sup>o</sup> KYU
Miloš Krsmanović	4 <sup>o</sup> KYU
Kristina Milošević	4 <sup>o</sup> KYU
Miro Krsmanović	3 <sup>o</sup> KYU
Goran Todorović	3 <sup>o</sup> KYU

BEOGRAD 21/06/2007.

**AK "ARENA",**  
**Nebojša Oklobdžija**

Aleksa Mišković	
Tanasije Cakić	12 <sup>o</sup> KYU
Miloš Jevtić	12 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Petrović	11 <sup>o</sup> KYU
Filip Gaev	10 <sup>o</sup> KYU
Nenad Jovičić	9 <sup>o</sup> KYU
Marko Sofrić	6 <sup>o</sup> KYU
Andrijana Jevtić	5 <sup>o</sup> KYU
Marija Petrović	5 <sup>o</sup> KYU
Vasilije Kićović	4 <sup>o</sup> KYU
	3 <sup>o</sup> KYU

KRUŠEVAC 24/06/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Dragan Antić**

Luka Milanović	
Nikola Mihajlović	9 <sup>o</sup> KYU
Nenad Anđelković	9 <sup>o</sup> KYU
Nikola Mihajlović	9 <sup>o</sup> KYU
Pavle Lukić	8 <sup>o</sup> KYU

Nenad Anđelković	8 <sup>o</sup> KYU
Filip Jovanović	8 <sup>o</sup> KYU
Tamara Jeremić	7 <sup>o</sup> KYU
Tijana Savić	7 <sup>o</sup> KYU
Mladen Ristić	6 <sup>o</sup> KYU
Milan Panić	6 <sup>o</sup> KYU
Dejan Mitrović	6 <sup>o</sup> KYU
Dejan Mitrović	6 <sup>o</sup> KYU
Ignjat Ristić	5 <sup>o</sup> KYU
Ivan Petrović	5 <sup>o</sup> KYU
Dejan Pavlović	5 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Mihailović	5 <sup>o</sup> KYU
Miroslav Đorđević	5 <sup>o</sup> KYU
Duško Dragutinović	5 <sup>o</sup> KYU
	5 <sup>o</sup> KYU

KRUŠEVAC 24/06/2007.

**AK "IKEDA 4",**  
**Igor Strahinić**

Andrija Tomašević	
Milan Dimitrijević	4 <sup>o</sup> KYU
Milan Ilić Marković	3 <sup>o</sup> KYU
Milan Milanović	3 <sup>o</sup> KYU
Stefan Mitić	3 <sup>o</sup> KYU
Nemanja Nikolić	3 <sup>o</sup> KYU
Darko Pantelić	3 <sup>o</sup> KYU
Mladen Tomašević	3 <sup>o</sup> KYU
Zoran Filipović	3 <sup>o</sup> KYU
	3 <sup>o</sup> KYU

BEOGRAD 28/06/2007.

**AK "SHIN KEN",**  
**Novak Jerkov**

Aleksandar Vekić	
Aleksandar Vojkić	6 <sup>o</sup> KYU
Karađorđe Grujić	5 <sup>o</sup> KYU
Novak Vujčić	5 <sup>o</sup> KYU
	1 <sup>o</sup> KYU

LUKAVAC, BiH 23/09/2007.

**AK "ZEMUN",**  
**Saša Obradović**

Jasmin Dajdžić	
David Kulišić	5 <sup>o</sup> KYU
Branislav Lukić	3 <sup>o</sup> KYU
	3 <sup>o</sup> KYU

POŽAREVAC 03/11/2007.

**AK "DAITOKAN",**  
**Saša Obradović**

Darko Trbanos	7 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Veljković	6 <sup>o</sup> KYU
Miloš Račić	5 <sup>o</sup> KYU
Nemanja Tekić	5 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Jovanović	3 <sup>o</sup> KYU
Ana Punoš	2 <sup>o</sup> KYU

**ispiti 2007.**



	1998		1999		2000		2001		2002		2003		2004		2005		2006		2007	
	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu
1."Zemun"	4	45	2	19	3	25	2	22	4	42	4	41	5	44	5	66	5	44	7	43
2."Shin Ken"	4	17	3	3	4	23	2	16	3	50	3	25	3	32	2	19	3	18	4	21
3."IKEDA"	-	-	2	46	2	29	4	60	2	42	3	32	4	78	3	65	3	44	3	37
4."Taurunum"	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	7	2	8	-	-	-	-	-	-
5."Daitokan"	-	-	-	-	-	0	0	3	23	1	3	3	11	3	21	2	14	2	9	
6."Ronin"	-	-	-	-	-	-	-	1	2	1	1	0	0	3	28	4	65	4	55	
7."Arena"	-	-	-	-	-	-	0	0	4	17	1	9	3	49	2	27	3	35		
8."Sensei"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	61	3	49	3	56	2	42	
9."TenShin"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	27	3	34	-	-	-	-	
10."Katana"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	7	-	-	-	-	
11."IKEDA 2"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	7	3	18	2	10	2	2	
12."IKEDA 3"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	10	3	22	1	11	3	25	
13."IKEDA 4"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	26	4	3	4	50	
14."Yamato-kan"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	7	4	4	3	11	
15."Kyofu"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	23	3	21	3	20	
16."Wakiai-kan"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	1	7	1	6	
17."Budo"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	12	3	30	2	26	
Ukupno:	10	70	10	107	13	135	11	145	13	170	17	126	29	291	42	432	41	400	44	382

NOVI SAD 17/11/2007.		Aleksandra Jovičić	6 <sup>o</sup> KYU	Jelena Stanišić	5 <sup>o</sup> KYU
<b>AK "BUDO",</b>		Jelena Trifunović	6 <sup>o</sup> KYU	Miloš Dodić	5 <sup>o</sup> KYU
<b>Saša Obradović</b>		Alen Guša	6 <sup>o</sup> KYU	Milan Čović	5 <sup>o</sup> KYU
Alexander Galonja - Cogail	9 <sup>o</sup> KYU	Svetozar Djurović	6 <sup>o</sup> KYU	Aleksandar Arslanovski	5 <sup>o</sup> KYU
Miloš Josifović	8 <sup>o</sup> KYU	Dušan Živković	4 <sup>o</sup> KYU	Staša Ratković	5 <sup>o</sup> KYU
Anja Obradov	8 <sup>o</sup> KYU			Anja Čović	5 <sup>o</sup> KYU
Valerija Škrivan	7 <sup>o</sup> KYU	BEOGRAD 17/12/2007.		Ognjen Čović	4 <sup>o</sup> KYU
Aleksa Alimpić	7 <sup>o</sup> KYU	<b>AK "ARENA",</b>		Miloš Šibalić	4 <sup>o</sup> KYU
Dušan Jocić	6 <sup>o</sup> KYU	<b>Novak Jerkov</b>		Miro Krsmanović	2 <sup>o</sup> KYU
Emilija Jocić	6 <sup>o</sup> KYU	Marko Čaković	1 <sup>o</sup> KYU		
Tijana Jocić	5 <sup>o</sup> KYU			ZEMUN 23/12/2007.	
Vladimir Veskov	5 <sup>o</sup> KYU	ZEMUN 23/12/2007.		<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>	
Luka Budiša	4 <sup>o</sup> KYU	<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>		<b>AK "KYOFU",</b>	
		<b>AK "SHIN KEN",</b>		<b>Saša Obradović</b>	
ZEMUN 16/12/2007.		<b>Novak Jerkov</b>		Velimir Nenadić	7 <sup>o</sup> KYU
<b>AK "ZEMUN",</b>		Denis Zahiragić	6 <sup>o</sup> KYU	Risto Ristov	6 <sup>o</sup> KYU
<b>Saša Obradović</b>		Predrag Popović	6 <sup>o</sup> KYU	Vuk Milić	6 <sup>o</sup> KYU
Nemanja Trifunović	10 <sup>o</sup> KYU	Mića Mijatović	6 <sup>o</sup> KYU	Stefan Stefanović	6 <sup>o</sup> KYU
Ivan Gavrilović	10 <sup>o</sup> KYU	Karadorđe Grujić	4 <sup>o</sup> KYU	Marijeta Milovanović -	6 <sup>o</sup> KYU
Nikola Bjelajac	10 <sup>o</sup> KYU			Vukojević	
Veselin Derečić	10 <sup>o</sup> KYU	ZEMUN 23/12/2007.		Marko Božinov	6 <sup>o</sup> KYU
Nenad Aleksić Jašari	10 <sup>o</sup> KYU	<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>		Dušan Janković	6 <sup>o</sup> KYU
Simeon Savić Kojadinović	10 <sup>o</sup> KYU	<b>AK "IKEDA4",</b>		Vuk Radenković	5 <sup>o</sup> KYU
Mihajlo Kvočka	10 <sup>o</sup> KYU	<b>Saša Obradović</b>			
Luka Marković	10 <sup>o</sup> KYU	Zoran Lukić	2 <sup>o</sup> KYU	ZEMUN 23/12/2007.	
Nikola Nešković	8 <sup>o</sup> KYU			<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>	
		ZEMUN 23/12/2007.		<b>AK "YAMATO-KAN",</b>	
BEOGRAD 17/12/2007.		<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>		<b>Saša Obradović</b>	
<b>AK "ARENA",</b>		<b>AK "RONIN",</b>		Igor Kokar	5 <sup>o</sup> KYU
<b>Nebojša Oklobdžija</b>		<b>Saša Obradović</b>			
Aleksandar Đenić	12 <sup>o</sup> KYU	Aleksa Marković	7 <sup>o</sup> KYU	ZEMUN 23/12/2007.	
Aleksa Lazarević	12 <sup>o</sup> KYU	Stefan Krstić	7 <sup>o</sup> KYU	<b>ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA</b>	
Petar Kačar	12 <sup>o</sup> KYU	Kristina Jovana Sakić	7 <sup>o</sup> KYU	<b>AK "ZEMUN",</b>	
Dušan Trifunović	12 <sup>o</sup> KYU	Igor Popović	7 <sup>o</sup> KYU	<b>Saša Obradović</b>	
Zorica Jovičić	10 <sup>o</sup> KYU	Pavle Sakić	7 <sup>o</sup> KYU	Luka Grozdanić	
Ana Miliwojević	10 <sup>o</sup> KYU	Andrej Jurčić	7 <sup>o</sup> KYU	Mira Rosnić	7 <sup>o</sup> KYU
Miloš Jevtić	9 <sup>o</sup> KYU	Igor Lojančić	7 <sup>o</sup> KYU	Nikola Aleksić	6 <sup>o</sup> KYU
Aleksandar Petrović	8 <sup>o</sup> KYU	Filip Kažić	7 <sup>o</sup> KYU	Ivana Cenerić	5 <sup>o</sup> KYU
Filip Gaev	8 <sup>o</sup> KYU	Ivona Pleskonja	6 <sup>o</sup> KYU	Nikola Ivaniš	4 <sup>o</sup> KYU
Saša Jakšić	7 <sup>o</sup> KYU	Vladimir Vuković	6 <sup>o</sup> KYU	Kosta Radović	4 <sup>o</sup> KYU
Stefan Mihajlović	7 <sup>o</sup> KYU	Una Kovačević	6 <sup>o</sup> KYU	Jelena Šeša	4 <sup>o</sup> KYU
Sara Velimirović	6 <sup>o</sup> KYU	Nikola Gvozdić	5 <sup>o</sup> KYU	Dominik Hršak	4 <sup>o</sup> KYU
Dragan Pajić	6 <sup>o</sup> KYU	Miloš Gvozdić	5 <sup>o</sup> KYU	Marinko Stanković	3 <sup>o</sup> KYU

## Program za kyu pojaseve

Vremenski uslov između ispita nije striktno definisan.

Pored datih uslova, neophodna je i saglasnost trenera.

### 6.kyu *uslov: 35 treninga*

#### Tachiwaza: UKEMI (padovi),TAISABAKI (kretanja)

Katatetori Aihanmi:	Iriminage	
Katatetori Aihanmi:	Koteg aeshi	
Katatetori Aihanmi:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori Aihanmi:	Shikon age	omote i ura
Katatetori Aihanmi:	Uchika itensankyo	omote

### 5.kyu *uslov: 70 treninga*

#### Tachiwaza: SHIKKO (kretanje na kolenima)

Sho menuchi:	Ikkyo	omote i ura
Sho menuchi:	Nikyo	omote i ura
Sho menuchi:	Koteg aeshi	
Katatetori:	Shikon age	omote i ura
Katatetori:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori:	Udekimen age	irimi i tenkan
Katatori:	Ikkyo	omote i ura

#### Suwarlwaza:

Sho menuchi:	Ikkyo	omote i ura
Katatori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyu Ho	

### 4.kyu *uslov: 1 seminar i 80 treninga*

#### Tachiwaza:

Katatetori:	Tenchinage	
Katatetori:	Nikyo	omote i ura
Ryotetori:	Iriminage	
Ryotetori:	Shihonage	omote i ura
Ryotetori:	Tenchinage	
Ryotetori:	Udekimen age	
Ryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyunage	
Katateriyotetori:	Kokyunage	
Sho menuchi:	Sankyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Shikon age	omote i ura
Yokomenuchi:	Iriminage	
Yokomenuchi:	Koteg aeshi	
Yokomenuchi:	Udekimen age	omote i ura
Chudantsuki:	Iriminage	
Chudantsuki:	Koteg aeshi	
Chudantsuki:	Udekimen age	
Chudantsuki:	Uchika itensankyo	
Jodantsuki:	Ikkyo	omote i ura

#### Suwarlwaza:

Sho menuchi:	Nikyo	omote i ura
Sho menuchi:	Iriminage	
Katatori:	Nikyo	omote i ura

### 3.kyu *uslov: 1 seminar i 80 treninga*

#### Tachiwaza:

Katatetori:	Uchika itennage	
Katatetori:	Sankyo	omote i ura
Katatetori:	Yonkyo	omote i ura
Kataryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Katateriyotetori:	Nikyo	omote i ura
Katateriyotetori:	Koteg aeshi	
Ryotetori:	Koteg aeshi	
Ryotetori:	Kokyunage	
Sho menuchi:	Yonkyo	omote i ura
Sho menuchi:	Gokyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Ikkyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Uchika itensankyo	omote i ura
Yokomenuchi:	Tenchinage	
Chudantsuki:	Sankyo	omote i ura
Chudantsuki:	Hijikimeosae	
Chudantsuki:	Sotokaitennage	

#### Ushrowaza:

Ryotetori:	Ikkyo	omote i ura
Ryotetori:	Nikyo	omote i ura
Ryotetori:	Sankyo	omote i ura
Ryotetori:	Hijikimeosae	
Ryotetori:	Koteg aeshi	
Ryotetori:	Shihonage	
Ryotetori:	Iriminage	

#### Suwarlwaza:

Sho menuchi:	Koteg aeshi	
Sho menuchi:	Sankyo	omote i ura
Sho menuchi:	Iriminage	
Katatori:	Sankyo	omote i ura

### 2.kyu *uslov: 1 seminar i 110 treninga*

#### Tachiwaza:

Sho menuchi:	Jiyuwa za	
Sho menuchi:	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:	Koteg aeshi	
Katatori Menuchi:	Iriminage	
Katatori Menuchi:	Koshin age	
Munetori:	Ikkyo	omote i ura
Munetori:	Sankyo	omote i ura
Munetori:	Shihonage	
Munetori:	Nikyo	omote i ura
Jodantsuki:	Sankyo	omote i ura

#### Ushrowaza:

Ryokatatori:	Ikkyo	omote i ura
Ryokatatori:	Nikyo	omote i ura
Ryokatatori:	Sankyo	omote i ura
Ryokatatori:	Iriminage	
Ryokatatori:	Koteg aeshi	
Ryohijitori:	Koteg aeshi	
Ryokatatori:	Iriminage	
Katatetori Kubishime:	Ikkyo	omote i ura
Eritori:	Ikkyo	omote i ura

#### Suwarlwaza:

Sho menuchi:	Yonkyo	omote i ura
Sho menuchi:	Sotokaitennage	
Ryokatatori:	Ikkyo	omote i ura
Chudantsuki:	Koteg aeshi	
Jodantsuki:	Ikkyo	omote i ura

### 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:	Koshin age	
Jodantsuki:	Yonkyo	omote i ura
Jodantsuki:	Iriminage	
Jodantsuki:	Shihonage	omote i ura
Jodantsuki:	Sotokaitennage	
Jodantsuki:	Ushirokiriotoshi	
Jodantsuki:	Koshin age	
Yokomenuchi:	Jiyuwa za	
Chudantsuki:	Jiyuwa za	

#### Ushrowaza:

Ryotetori:	Yonkyo	omote i ura
Ryotetori:	Kokyunage	
Ryotetori:	Koshin age	
Katatetori Kubishime:	Sankyo	
Katatetori Kubishime:	Hijikimeosae	
Eritori:	Ikkyo	omote i ura
Eritori:	Sankyo	omote i ura
Eritori:	Koshin age	

#### Suwarlwaza:

Sho menuchi:	Jiyuwa za	
Ryokatatori:	Sankyo	omote i ura
Ryokatatori:	Yonkyo	omote i ura
Katatori Menuchi:	Iriminage	
Katatori Menuchi:	Koteg aeshi	
Katatori Menuchi:	Kokyunage	

#### Hanmihantachiwariwaza:

Katatetori:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori:	Shihonage	omote i ura
Katatetori:	Uchika itennage	
Ryotetori:	Shihonage	omote i ura

#### Osnove štapa (do) i mača (boken)

# Aikido

Tehnike  
Razmišljanja  
Tekstovi  
Intervjui



合気道



*Slika:*

*Hiroshi Tada, Hombu Dođo Šihan 9.dan*

# Intervju: Kristijan Tisie Sensei

*Kristijan Tisie (Christian Tissier) Shihan, 7 dan, je jedan od prvih Hombu dođo Šihana koji nije Japanac. Rođen je februara 1951. godine u Parizu. U svom proučavanju aikidoa, proveo je sedam godina u Japanu. Vratio se 1976. godine u Francusku. Danas iza sebe ima jednu od najjačih svjetskih aikido organizacija.*



**ATM:** Da li ste odmah, po svom dolasku u Japan, počeli da živite u dođou?

**Sensei:** Spavao sam na jednoj jako lepoj klupi prvih nedelju dana nakon čega su mi policajci rekli da ne mogu više da ostanem u parku. Rekao sam im da nemam smeštaj, da nemam ništa i nikoga. Doneli su mi cebe. Kasnije me je policija smestila u smeštaj za mlade. Tu sam ostao nekoliko dana i nakon toga sam pokušao da nađem stan. U međuvremenu sam živio ispred dođoa, ispred Došuove kuće. Imao sam 2,5 tatamija i tu sam ostao 6 meseci!

**ATM:** Šta je vaša porodica mislila o vašem odlasku u Japan?

**Sensei:** Rekao sam da želim da idem

u Japan, i oni su rekli: "OK, nema problema". Mislili su da neću stvarno otići. Radio sam celo leto, kupio kartu i otišao.

**ATM:** Ko je na Vas u Japanu najviše uticao?

**Sensei:** Posećivao sam časove svih, i imao sam dobre odnose sa većinom učitelja. Ipak, Doshu (misli se na Kišomaru Uešibu, sina O senseia prim.ur.) je moj glavni učitelj. Mnogo sam ga voleo i išao sam na njegove časove svaki dan. Masuda Sensei, Endo Sensei, i Chibashi Sensei su bili moji sempai i učili su me, ali na neki način su bili više prijatelji nego učitelji. Na mene su, takođe, uticali i Osawa Sensei i Yamaguchi Sensei - ali bilo je jako teško prići Yamaguchiju



**ATM:** Zašto?

**Sensei:** Ne znam. Bio je težak čovek. Ipak, mislim da je kao osoba, Yamaguchi Sensei bio izuzetan. Bio je univerzalan i vrlo čovečan. Kada ste pričali sa njim, čak iako ne znate japanski, posle izvesnog vremena zaboravite da je Japanac, i shvatite šta vam govori.

Sreo sam mnoge učitelje u njihovih od 25 do 35 godina, kada su bili vrlo, vrlo snažni. Kada bi ih video deset godina kasnije, postajali su kruti ili slabi. Postajala su im slaba ili leđa ili ramena. Rekoh sebi: "Ludo je biti jak 5 godina, a potom slab. Budo treba da sadrži i negovanje naših života."

Yamaguchi Sensei ima sada 70 godina, i došao je u Francusku u junu. Ono što kod njega volim je da je dobrog zdravlja. Ljudi koji ga vide, čak i oni koji imaju dvadesetak godina, kažu da bi želeli da se kreću kao on. Još uvek je on jako kontraverzan.

**ATM:** Kako to?

**Sensei:** Dobro, neki ljudi kažu: "Njegova tehnika ne funkcioniše". Ali ništa ne funkcioniše u aikidou. Ništa. Da li shvatate šta hoću da kažem?

**ATM:** Ne baš. Molim Vas da objasnite.

**Sensei:** Jonkyo ne funkcioniše, i nikyo ne funkcioniše dok vam dajem moju ruku. To je poruka koju ćete dobiti iz vaše veštine, ne iz same tehnike. Niko nije dovoljno jak.

Mislim da su borilačke veštine sistem za očuvanje vašeg života, vaše

nezavisnosti, vaše slobode, i slobode ljudi oko vas. To ima veze sa življenjem u harmoniji sa okolinom i sa drugim ljudima. Uzmite Majk Tajsona, na primer. On je vrlo jak, ali je nokautiran dva puta - od strane dve devojke. Uvek je na pogrešnom mestu, u pogrešno vreme. Budo mora da vas nauči da budete na pravom mestu i u pravo vreme.

**ATM:** Da li to znači da Yamaguchi Sensei filozofski prilazi aikidou?

**Sensei:** Ne. Yamaguchi Sensei nikad ne govori o filozofiji. Nikad ga nećete čuti da priča o Kiju, ili kokyuu. Nikad ne govori o filozofiji, već o principima, o tome šta je aikido, i o poruci koju nosi tehnika.

**ATM:** Šta Yamaguchi Sensei kaže da je aikido?

**Sensei:** Aikido je, po njemu, traženje ideala savršenstva u nama samima.

**ATM:** Da li je Sensei spominjao da je ta unutrašnja transformacija deo ideja budoa?

**Sensei:** Da. Ja mislim da je budo i budo duh njemu izuzetno važan. Mislim "Budo" u savremenom



smislu – kao edukativni sistem sa svojim pravilima.

Pravila su jako važna, ali ljudi moraju da ih otkriju za sebe. Dobar učitelj je onaj koji vam pomaže da otkrijete pravila koja su vam potrebna da biste živeli u harmoniji sa ljudima. Loš učitelj je onaj koji upravlja ili stvara pravila koja nemaju nikakvog smisla.

U budou, ako ste uvek uspešni, nemate razloga da nastavite da dalje učite. Takođe, tako bar ja mislim, u budou možete ponekad da budete neuspešni i da znate da ste neuspešni. Sledeći put imate šansu da stvari poboljšate. Kod takmičenja, nemate tu novu šansu; kada izgubite, morate da čekate novo takmičenje. Ali, u budo treningu, aikido treningu, nema takmičenja. Uvek imate novu šansu.

U aikidou, mi uvek hoćemo da napravimo idealan pokret. Neko vas napada jako dobro, ozbiljnim napadom i vi pokušavate da uradite idealan pokret. Naravno, to neće funkcionisati. Zatim, vi probate ponovo - ponovo pokušate da uradite idealan pokret. Ponovo loše. U aikidou, mi pokušavamo da stvorimo najbolje tehnike i ne uspevamo. Ali, svrha je da napravimo najsavrišeniju tehniku. To je one šte moramo da zapamtimo, a što vrlo lako zaboravljamo.

Bio je jedan slikar koji se zvao Hans Monling koji nikad nije potpisivao svoje slike. Samo bi napisao: “Moje najbolje delo”. Pohađao sam Jezuitski koledž, i svaki dan smo morali da ispišemo: “Ovo je moje najbolje delo” u našim sveskama. Mislim da je isto to i kod aikidoa. Pokušavajte da uradite najbolje - ne najbolje od

svih već najbolje šte vi umete u tom trenutku.

**ATM:** Znači tehnike su alat kojim se podstiče naša unutrašnja promena?

**Sensei:** Da, tačno tako. One jesu alat. Tehnika je samo mehanička struktura.

Ako izaberemo da proučavamo budo mora da postoji razlog, inače bi izabrali nešte drugo. Razlog zašto biramo da proučavamo aikido, a ne meditaciju ili slikanje, je tehnika - zato je ona važna.

U budou vi imate sankciju - kažnjavanje. U realnoj borbi, kazna je smrt. Isto tako i u budou morate stalno da mislite da primete realnu kaznu. Ovde se ne misli na smrt, ali morate da poštujete vežbanje kao da je reč o realnoj kazni. Potrebna nam je ova kazna u našim mislima.

Zato O Sensei kaže da je aikido “*ichi go ichi e*”. Morate da radite tehnike kao da ih radite prvi put a u isto vreme i poslednji. I kada srećete nekoga, ista je stvar, kao prvi i kao poslednji put.

**ATM:** Da li je aikido, po vama, drugačiji u odnosu na druge borilačke veštine?

Sensei: Svaki Budo ima svoje probleme. U aikidou je teško reći: “Ja sam najbolji” zato što nema takmičenja. U takmičarskim sportovima, kao što su karate i džudo, je lako reći: “Ja sam najbolji” jer postoje takmičenja. Ako ste pobedili na takmičenju, možda ste najbolji u tom momentu, pod tim uslovima turnira. Ali da li će te biti najbolji sutra?



# Aikido Primer

## - trening i vežbanje uma

Eric Sontac



*Pred Vama je samo deo izvrsnog teksta o aikidou koji sadrži, osim predgovora, kratku istoriju aikidoa, odgovore na najčešća postavljena pitanja, informacije o treninzima sa mačem i štapom, o pozdravljanju u sali, o mentalnom treningu, podeli tehnika sa oružjem i bez njega . . .*

### Trening

Trening aikidoa počinje od momenta ulaska u dođo! Oni koji treniraju moraju nastojati da se pristojno ponašaju svo vreme. Pravilno je nakloniti se kada ulazite ili odlazite iz dođoa, i kada stupate na strunjače ili ih napuštate. Otprilike 3-5 minuta pre zvaničnog početka časa, oni koji treniraju trebali bi da se poravnaju i tiho sede klečeći (seiza) ili sa prekrštenim nogama (anza).

Jedini način da se napreduje u aikidou je kroz pravilan i redovan trening. Pohađanje nije obavezno, ali imajte na uđu da ako želite da napreduje u aikidou verovatno treba da vežba najmanje tri puta nedeljno. Uz to, kako se aikido smatra načinom razvijanja samodiscipline, samodisciplinovanje počinje redovnim pohađanjem treninga.

Vaš trening je vaša odgovornost. Niko vas neće uzeti za ruku i voditi vas ka majstorstvu u aikidou. Naročito to nije odgovornost instruktora ili starijih učenika da vide da li išta učite! Deo aikido treninga je da naučite da valjano zapažate. Pre nego zatražite pomoć

trebalo bi da pokušate da uradite tehniku sami posmatrajući druge.

Aikido trening uključuje više od tehnika. Trening u aikidou uključuje opažanje i promene fizičkih i psiholoških šablona mišljenja i ponašanja. Posebno morate obratiti pažnju na način na koji reagujete u različitim okolnostima. Prema tome, deo aikido treninga je i poboljšanje samosvesnosti.

Sledeća tačka je veoma važna: Aikido trening je sarađivački, ne takmičarski. Tehnike se uče kroz trening sa partnerom - ne sa protivnikom. Morate uvek biti pažljivi i vežbati na takav način da prilagodite brzinu i snagu u skladu sa sposobnostima vašeg partnera. Partner vam pozajmljuje svoje telo da bi vežbali na njemu - nije nerazumno očekivati od vas da se dobro brinete o onome što vam je pozajmljeno!

Aikido trening može ponekad biti veoma porazan. Učenje da se nosite sa tom frustracijom je takođe deo aikido treninga. Vežbači treba da posmatraju sami sebe u nameri da utvrde koren lične frustracije i nezadovoljstva u skladu sa svojim napretkom. Ponekad je razlog ovoga sklonost

da se poredi sa drugima koji treniraju. Međutim, obratite pažnju da je to onda samo po sebi forma takmičenja. Fino je diviti se talentu drugih i nastojati da ih podražavate, ali treba voditi računa da se poređenjem sa drugima ne javi ogorčenost, ili neumerena samokritika.

Ako nekada tokom aikido treninga postanete isuviše umorni da bi mogli da nastavite ili ako vas povreda spreči da izvodite aikido kretanja i tehnike, dozvoljeno je privremeno prestati sa vežbanjem dok se ne budete osećali sposobnim da nastavite. Ukoliko morate napustiti strunjače, pitajte instruktora za dopuštenje.

Mada se aikido najbolje uči sa partnerom, postoje brojni načini izvođenja solo treninga u aikidou. Prvo mogu se vežbati kate sa jom i bokenom. Drugo, moguće su "shadow" tehnike, jednostavno izvođenje pokreta aikido tehnika sa zamišljenim partnerom. čak i čista mentalna vežba aikido tehnika može poslužiti kao efikasna forma solo treninga.

Preporučljivo je vežbati najmanje tri sata nedeljno da bi se napredovalo u aikidou.



## Vežbanje uma u aikidou

Osnivač (Morihej Uešiba) je nameravao da aikido bude daleko više od tehnika za samoodbranu. Njegova namera je bila da stopi borilačku veštinu u skup etičkih, društvenih, i upravljačkih ideala. Uešiba se nadao da će ljudi trenirajući aikido, usavršiti sebe duhovno podjednako kao i fizički. Međutim, nije odmah očigledno kako bi vežbanje aikidoa trebalo da rezultira i nekom duhovnom (psihofizičkom) transformacijom. Štaviše, mnoge druge veštine polažu pravo na to da svoje učenike vode do prosvetljenja ili psihofizičke transformacije. Možemo se sa pravom zapitati onda, da li se i kako aikido razlikuje od drugih veština u pogledu efekata transformacije.

Trebalo bi da nam bude jasno da transformativna sila aikidoa, ako takva postoji uopšte, ne može ležati samo u izvođenju fizičkih tehnika. Pre ako aikido omogućava samousavršavanje i psihofizičku transformaciju duž puta koji je predividuo osnivač, vežbači aikidoa moraju da usvoje određene stavove prema aikido treningu i moraju nastojati da gaje određene vrste naklonosti koje se tiču saznanja.

Veštine koje polažu pravo na to da omogućavaju transformativnu osnovu za svoje vežbače ukorenjene su u religioznu i filozofsku tradiciju kao što su Budizam i Taoizam (uticaj Šintoa na japanske veštine je u poređenju sa predhodnim obično mali). U Japanu je Zen Budizam izvršio najjači uticaj na

razvitak transformativnih veština. Mada je Morihej Uešiba bio mnogo manje pod uticajem Taoizma i Zena u odnosu na “novu religiju” Omotokjo, sigurno je moguće spojiti određena gledišta Zen i Taoističke filozofije i prakse sa aikidom. Šta više, Omotokjo, je široko ukorenjen u raznovrsni sastav neošintoističkih koncepcija i verovanja. I pored ovoga, bilo bi potpuno pogrešno pretpostaviti da je usvajanje ovih stavova neophodan uslov za psihofizičku transformaciju kroz aikido.



Koliko se tiče ujedinjenja Zen i Taoističke prakse i filozofije sa aikidom, psihofizička transformacija kroz vežbanje aikidoa će biti malo drugačija od psihofizičke transformacije kroz vežbanje veština kao što su karate, kjudo ili ceremonija čaja. Sve ove veštine imaju zajednički cilj da uliju svojim vežbačima spoznavanje staloženosti, spontanosti akcije/reakcije, i shvatanja karaktera stvari upravo onakvim kakve jesu (šinjo).

Činjenica da je aikido trening uvek sarađivački daje jednu specifičnu dimenziju izgrađivanju ličnog transformisanja kroz aikido. Kooperativan trening olakšava napuštanje takmičarskih razmišljanja što pojačava opažanje drugih sopstvenih dualizama. Kooperativni trening takođe polako uliva oseđaj za dobrobit partnera i sigurnost. Ovaj stav

(vođenja računa o drugima) se onda proširuje i na druge situacije izvan vežbanja aikidoa. Drugim rečima, kooperativna osnova za aikido vežbanje se prenosi direktno u okvir moralnog ponašanja u svakodnevnom životu.

Osim toga, treba da bude jasno da ukoliko je moguć lični preobražaj kroz aikido trening, to nije automatski proces. Ovo je očigledno opažajući činjenicu da ima i onih koji vežbaju aikido godinama i koji još uvek prave moralne i zakonske prekršaje. Tehnička veština i široko iskustvo u borilačkim veštinama nisu svakako garancija moralnog i ličnog napretka. Ova činjenica se često javlja kao veliko razočarenje za aikido studente, posebno ako bi otkrili da njihovi instruktori još uvek pate od raznih vrsta nedostataka. U stvari, ovo predstavlja dragocenu lekciju: Tehničko znanje je cilj koji se lakše postiže od ličnog napredovanja. Mada oba ova cilja mogu predstavljati obavezu za čitav vek, znatno je lakše učiniti vrstu žrtvi i napora koji se traže za tehničko napredovanje nego uložiti napor i žrtve koje zahteva lični preobražaj i napredak.

Put samousavršavanja i ličnog preobražaja mora, u svakom slučaju, negde početi. Možda je najvažnije zapamtiti i za učenika i za učitelja aikidoa (lako se ovo zaboravi) da stalno imaju na umu da su ljudi sa kojima treniraju ljudska bića kao i oni sami, i da svaki od njih ima svoju jedinstvenu perspektivu, sposoban je da oseti bol, frustraciju i sreću, i da svako od njih ima svoj vlastiti cilj zbog kojeg trenira.

# Aikido – teži put

Saša Obradović



Beograd, 1996.

Dugo već nameravam da napišem ovaj tekst. Kako je vreme odmicalo, nisam mogao pronaći štivo u kome je neko pametniji ukazao na jednom mestu na sličnu temu, a svestan njenog značaja, morao sam se najzad prihvatiti nezahvalnog posla i da sâm pametujem.

## Buđicu (bujutsu) i budo

Kroz duge vekove ljudske istorije razvijane su veštine borenja (jap. jitsu – čita se đicu) koje su učile na koji način da pobedimo, što je najčešće značilo i preživimo u sukobu sa protivnikom. Škole borenja koje se nisu pokazale efikasne zauvek su nestajale zajedno sa svojim poštovaocima. Veštine su se usavršavale ali i suštinski menjale – njihov unutrašnji preobražaj je u Japanu bio najočigledniji.



Filozofski preobražaj borilačkih veština u Japanu se završio zajedno sa korenitim preobražajem celokupnog japanskog društva u XIX veku. Naime, 1868. godine mladi car Mucuhito, 122. vladar Japana, preuzima svu vlast i označava kraj 700 godina vladavine vojnih moćnika. Nova era naziva se Meiđi tj. prosvetljena vladavina. Iste godine 280.000 samuraja biva oslobođeno svoje službe i oduzimaju im se privilegije. Šest godine kasnije, 1874. se uvodi vojna obaveza i samuraji gube svoj monopol i značaj koji su vekovima imali.

Mnogo pre ovog perioda, u godinama mira u periodu vlasti Tokugava početkom XVII veka samuraji su višak slobodnog vremena počeli da koriste za lično usavršavanje i u oblastima nezanim za svoje osnovno zanimanje. Posticana je ideja da ratnik ne sme biti prosti ubica, gajen je kult obrazovanog i smernog viteza.

Pod uticajem zena većina bori-  
lačkih veština počinje sa transfor-  
macijom: kendo postaje ken-do,  
juditsu judo... Ova promena naziva  
ukazivala je na kvalitativnu pro-  
menu samih veština - krajnji ka-  
rakter do (u Kini se taj karakter  
čita tao), koji označava put u filo-  
zofskom smislu, počinje da odre-  
đuje i buduću ideju njih samih.

Veštine kojima filozofska transfor-  
macija nije bila bitna postale su za-  
nimljive institucijama koje su im u  
tome srodne - nastavile su da se  
proučavaju najvećim delom za  
potrebe vojske i policije i ostale su  
slične u svojoj biti od dalekog  
XVII veka do danas.

## Aikiđicu i akido - put ljubavi

Pomenuti proces transformacije  
buduća u budo je u aikidou bio  
znatno kraći - odigrao se u prvoj  
polovini burnog života samo  
jednog čoveka, Moriheja Uešiba.

“Priča počinje 14. decembra 1883.  
godine, kada se u gradu Tanabeu  
rodio Veliki učitelj. Uešibin otac je  
bio vođa jedne od političkih  
stranaka u svom mestu, tako da je  
pored verbalnih duela sa svojim  
suparnicima, često bio i fizički  
napadan, što u to vreme i nije bila  
retkost. Kao dete, Morihej Uešiba  
je često prisustvovao takvim  
situacijama i u svojoj nemoći da  
pomogne ocu, zaklinjao se da će  
sve to jednog dana promeniti. U  
tim ranim danima njegovog det-  
injstva treba tražiti početni impuls,  
motiv koji je bio presudan, kako za  
njegov život, tako i na rađanje

aikidoa. Uprkos bolešljivosti, zah-  
valjujući izuzetno jakoj volji i  
redovnom vežbanju, ovaj prvi  
zavet biva ispunjen. Postao je  
toliko snažan da su po okolini  
kružile priče o njegovoj snazi.  
Umesto tih priča, dovoljno je reći  
da je u svojih 158 cm telesne  
visine (što je i za Japance oniži  
rast) uspeo da ugradi preko 80 kg  
mišićavog tela.

Pred njim je bio sledeći, mnogo  
teži korak: kultivisanje te snage i  
njeno oplemenjivanje, čemu se on  
krajnje predano posvetio.

Nošen nemirnim duhom, godine  
1911. prijavljuje se kao kolonista i  
odlazi na Hokaido (najsevernije  
japansko ostrvo) gde susreće majs-  
tora Sokaku Takedu iz škole aiki-  
đuce Daito koja se ubraja u najstar-  
ije u Japanu. Koreni ove veštine  
gube se negde u IX veku, u vre-  
menu vladavine cara Seive za čijeg  
se šestog princa Sadazumija tvrdi  
da je bio začetnik ove škole. Uešiba  
poziva učitelja Takedu u  
svoju kuću i uči od njega gosteći  
ga i služeći mu pune četiri godine  
(od 1912. do 1916.), posle čega  
dobija diplomu da je ovladao svim  
tajnama ove veštine. Mnogi zah-  
vati u tehnikama aikidoa nastali su  
na osnovu borbenih tehnika ove  
škole, što rečito govori o uticaju  
koji je ona imala na Moriheja  
Uešibu i stvaranje nove veštine.  
Pred odlazak sa Hokaida on ostavl-  
ja svo imanje zajedno sa kućom  
učitelju Takedi.

Godine 1922. završava školu đū-  
dice, a 1924. školu borenja  
kopljem. (...)

Uprkos nadljudskoj snazi i izu-  
zetoj veštini koju je posedovao,  
on je još uvek bio nezadovoljan  
svojim dostignućima. To nije bilo  
ono pravo za čim je tragao i šta je  
želeo. Metodi borbi koje je izučio,  
omogućavali su mu da na najkraći,  
mada ne i na najbezbolniji način  
eliminise i veći broj eventualnih  
napadača. Upravo to saznanje mu  
je i zadavalo najviše muke.  
Pobedom nad nekim stiče samo još  
jedan neprijatelj. Pobednik od  
danas, sutra je poraženi. čoveka  
treba ubediti u neispravnost nje-  
gove namere, a ne pobediti. Budo  
(ratnički put) ne može biti tako pli-  
tak, tako relativan, tako nestalan  
kao što su pobeda ili poraz. Budo  
je nešto mnogo više, “Bu je  
ljubav”, izjavljuje učitelj Uešiba.  
To je prelomni trenutak u njegov-  
om duhovnom sazrevanju, to je  
momenat kada počinje da se rađa  
moderni aikido. Sam Uešiba ozna-  
čava 1925. godinu kao prelomnu.  
Polazeći od osnovne pretpostavke  
“Borba je ljubav” pred njima je  
stajao mukotrpan posao oplemen-  
jivanja krvoločnih tehnika kojima  
su ga naučili i stvaranje kvalita-  
tivno nove veštine koja će biti  
otelotvorenje tog principa.<sup>(1)</sup>

Tada se prvi put javio pojam  
ljubavi u borilačkoj veštini. Da li  
se to radi o realnoj ili tradicional-  
noj ljubavi sigurno će se zapitati  
domaći čitalac? Pojam ljubavi,  
jedinствен u svetu borenja, uveo je  
i nekoliko potpuno novih principa  
u sam aikido trening: borilačka se  
veština proučava sa partnerom –  
trening je kooperativan, nema pro-  
tivnika. Ne samo da nema pro-  
tivnika nego se ni agresivnost, tako  
negovana u sportu i posticana u



Zemun, 1984.

drugim borilačkim veštinama, ničim ne stimulise! Agresivnost je odnosni pojam, tj. agresija podrazumeva žrtvu, cilj ili objekat ispoljavanja. Kod svakoga koji je na taj način ugrožen, javlja se odbrambena refleksna reakcija, koja je u najvećem broju slučajeva iste prirode kao i njen uzročnik. Znači, agresija izaziva agresiju što podstiče stvaranju još veće frustracije koja je zapravo i na početku bila generator agresivnog ponašanja! Eto nas u krugu koji ne vodi nigde, ponajmanje putu lične transformacije što bi na posletku i trebao biti cilj bavljenja ovom veštinom.

“Aiki nije zahvat borbe, ili poraz neprijatelja. To je put pomirenja sveta i stvaranja jedne porodice od čovečanstva... Nema neprijatelja u aikidou. Grešite ako mislite da budo (duhovno usmerena ratnička veština) znači imati protivnike i neprijatelje, biti jak i poraziti ih. U pravom budou nema ni protivnika ni neprijatelja.”<sup>(2)</sup> reči su Moriheja Uešibe.

## ● Aikido, borilačka veština ili filozofski put?

Podsetiću vas da postoji preveden tekst Filipa Smita sa istim naslovom na sajtu “Aikido federacije Srbije”. Bez namere da polemishem sa bilo čim iznetim u ovom sjajnom tekstu odgovor ću dati predefinisanjem samog pitanja: Aikido, iako borilačka veština uvek je i filozofski put!

Dualizam koji nam se sugerise je zapravo prisutan u prirodi opažanja svih stvari oko nas, u praksi stvari definišemo kao pojam i kao ne-pojam. Ovog izbora u našem primeru zapravo nema, ovi pojmovi nisu ničim suprostatavljeni, izbor je jedino da li ćemo prihvatiti veštinu koja je od svog postanka i po svojoj prirodi transformaciona ili ćemo, tako često prisutno, odbiti da vežbajući aikido i sami sebe menjamo!

Simbolično, uz napredovanje u veštini zapravo dolazimo i sami do istih dilema sa kojima se susretao i osnivač. Naravno, naš put nikako ne može biti toliko težak – idemo dobro utabanom stazom!

“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.”<sup>(3)</sup> je jedno od Uešibinih najčešće citiranih razmišljanja.

Istinska smelost, se danas ne sastoji, pošto nismo u XVI veku, u čestom stereotipu da treba s isukanim mačem, u zoru izaći u bitku sa jačim i učiniti herojska dela. Smelost se u današnjem dobu ogleda, što nije ništa manje teško, u spremnosti da odrastemo i prihvatimo nesiguran svet odraslih lišeni svog dečijeg egoizma, u hrabrost da ne gledamo samo u prošlost, već da budemo okrenuti

1. J. Stanojević “Aikido – put ljubavi”, str. 8-10, Beograd 1985.
2. M. Uešiba “Umeće mira”, str. 26, Novi Sad, Global Book 1995.
3. M. Uešiba, „Umeće mira“, str. 57, Novi Sad, Global Book 1995.

budućnosti gde su greške izvesne, istinska smelost se ogleda i u izboru individualnog pogleda na život! Priča o metaforičnom putu napred kojim se ide vežbajući aikido nije priča o uskoj stazi već o širokom putu - iako težimo istom cilju svako mora naći svoj osobeni a time i jedinstven izraz.

Sredstvo za postizanje ovih tako različitih ciljeva kroz aikido je jedino fizički trening i to kroz usavršavanje formi istih onih tehnika koje su vekovima služile borbi i preživljavanju. Put aikidoa je put bosih ljudi u znojnim kimonima. Bez obzira koliko više volite svoju duhovnu komponentu, samo razmišljanjem, na putu aikidoa, ne možete daleko stići.

## Učitelji i učenici

Način podučavanja u aikidou je autoritaran – a to znači: što *sensei* (učitelj, bukvalno: “prvo rođeni”) predaje učenici pokušavaju što sličnije da ponove – i to uglavnom bez pogovora što je sjajna pozicija za razne nezalice sa obe strane!

Evo i primera kako to nikada i nikako **ne treba** da se radi:

Znamo da trening ima uglavnom ustaljenu formu i jako je, naizgled jednostavno, biti instruktor: sat vremena koliko obično traje vežbanje, kao u receptima za kolače, treba podeliti na recimo: 10 minuta za zagrevanje, potom malo vremena odvojiti za padove, na kraju ostaviti prostor za razgibavanje, sklekove i razne gadosti u cilju znojenja učenika. U preostalim 20-tak minuta, ako ih

uopšte bude negde u sredini treninga, može se ugurati po izboru i poneka tehnika aikidoa, a tehnika bar ima koliko vam volja (ipak se ovde radi o aikido treningu). Eto vam, zamalo pa prava, aikido škola!

Iako deluje šaljivo, problem je jako ozbiljan - ako učitelj ne veruje u svoj aikido i postupa samo u skladu sa pomenutim šaljivim receptom, on prestaje da bude *sensei*, dođo prestaje da bude dođo i postaje sala ili vežbaonica kako je poneko zove, a lucidniji učenici ubrzo razotkriju takvog instruktora i najčešće sami odu. Instruktor na kraju završi okružen tupanima sličnim sebi a aikido zajednica dobija još jedan, ko zna koji po redu, besmislen klub!

Dužnost *senseia* je da učenike vodi putem kojim je sam prošao. Učenici mu daju od sebe najvredniji svoj deo – svoje bezrezervno poverenje. Dužnost *senseia* je da učenicima da mnogo više od samog znanja, mora da ih podseti na iskrenost, prijateljstvo i na istinsku smelost koju zahteva aikido. Nakon ovog, aikido će i instruktorima i učenicima postati mnogo više od samo tri sata rekreacije nedeljno.

Na kraju, dužnost *senseia* je da učenike izvede u duhu Uešibine zamisli na put aikia - put ljubavi lišen sukoba bilo koje vrste. Svi oni kojima se sve ovo ne bude svidelo će prvom prilikom potražiti nešto manje teško i složeno - više muške i “realnije” veštine sa jedne ili više intelektualne discipline sa druge strane!

Beograd, 1996.



# Opšta pitanja

Greg O' Connor

prevela sa engleskog:  
Katarina Novaković

*Ovaj tekst je deo poglavlja o Opštim pitanjima iz korisne knjige "The Aikido Student Handbook" Grega O Konora.*



**E**vo nekih odgovora na pitanja koja se najčešće postavljaju nakon posete nekog aikido dođoa.

**P:** Dali je aikido efikasan kao bori-lačka veština?

**O:** Da, moraćete istrajno da vežbate, uporno neko vreme da biste sebi to dokazali.

**P:** Da li se aikido smatra mekanim ili čvrstim stilom?

**O:** On je i jedno i drugo. On može biti ekstremno nežan i ezoteričan ili brutalno odlučan, sposoban da ozbiljno ozledi ili ubije napadača.

**P:** Dali je aikido religija i dali vežbači prate neku posebnu religisku ideju?

**O:** Ne. Ljudi svih religija vežbaju aikido. Međutim, on jeste duhovno nastojanje. Etički standardi aikidoa omogućuju nam da razvijamo naše duhovno biće i karakter. U interakciji sa našim unutrašnjim bićem i drugim ljudima u isto vreme, aikido donosi oba, i unutrašnji i spoljašnji mir i spokoj istovremeno. To je aktivnost koja ne odbija nikoga i za dobrobit je svakoga.

**P:** Zašto se svi klanjaju?

**O:** Klanjanje (naklon) u aikidou se izvodi da bi se pokazalo obostrano poštovanje, poverenje i prihvatanje drugih. Naklon mora biti iskren ne mehanički.

**P:** Kako da počnem?

**O:** Kad god budete bili spremni, prijavite se i kročite na strunjače i poklonite se. Toliko je jednostavno.

**P:** Mogu li početi bez gia (kimona, opreme)?

**O:** Da. Istina je da ćete se osećati udobnije u kimonu. Možete početi da vežbate u manje udobnoj odeći, recimo trenerci i majci. Međutim, mi sugerišemo da je najbolji način da se vežba aikido u tradicionalnoj opremi.

**P:** Koliko je vremena potrebno da bi naučio aikido?

**O:** To zavisi od mnogo faktora. Svako od nas ima drugačiji temperament, drugačije psihičke sposobnosti i različite sklonosti vezane za učenje. Na primer, neki ljudi uče tehnički deo i formu brže ali im manjka esencijalni deo i istinski duh koji je potreban za aikido. Ostali koji već vežbaju aikido imaju taj duh ugrađen u

svoj karakter i on im je integrisen sa aikido tehnikom. Moraju proći godine vežbanja da bi ste „naučili aikido”. U svakom slučaju, uživajte u svakodnevnom vežbanju.

**P:** Koliko dugo će mi trebati da dobijem crni pojas?

**O:** Od svih borilačkih vještina dostizanje crnog pojasa u tradicionalnom aikidou je najteže (potrebno je minimum 5 godina upornog vežbanja). Brzina vašeg progressa zavisi će od kvaliteta vašeg vežbanja i količine vremena koju investirate. Slično je, u ostalom, i sa bilo čim drugim što nameravate da radite. Ipak, crni pojas ne treba da bude „zlatno tele”, cilj sam po sebi. Ako vežbate iskreno otvorenog srca, možete shvatiti da ste dostigli nešto mnogo vrednijeg nego što je crni pojas.

**P:** Plašim se da ću biti nespretni i da ću se zbuniti.

**O:** Ne brinite – niste jedini. Svi smo iskusili nespretnost negde, ne samo na strunjačama. To se uvek desava. Ako mislite da se to nikome ne dešava - razmislite još jednom. Pogledajte kako se drugi drže. Nasmešite se sami sebi s vremena na vreme kada se osetite kao „smotanko”, a zatim zaboravite na to i krenite dalje. Opustite se i uživajte učeći nešto novo.

**P:** Dali ću sputavati naprednije studente ako treniramo zajedno?

**O:** Apsolutno ne. Da bi napredovali u aikidou veoma je važno vežbati i sa starijim učenicima i sa početnicima - i od jednih i od drugih možete naučiti veoma važne lekcije. Kasnije, kad postanete napredan student na vama će biti odgovornost da se setite kako je bilo kada ste počeli i vidite sebe u drugima kada počnu da vas prate. Pomažući početnicima u njihovom vežbanju bićete u stanju da se fokusirate, jasnije vidite i razjasnite ne samo njihove već i sopstvene tehnike. Zato učitelji često kazu: “Ja učim od svojih učenika”.

**P:** Dali ću ikada naučiti sve japanske termine?

**O:** Opet – bez brige. Kroz ponavljanje bićete iznenađeni koliko ste naučili za veoma kratko vreme.

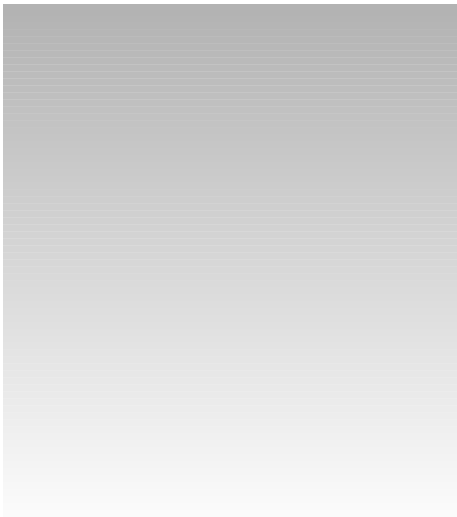
**P:** Dali moram da znam japanski jezik da bi razumeo aikido?

**O:** Znanje japanskog jezika nije preduslov da se poznaje aikido. Borilački put je zasnovan na harmoniji sa prirodom i njenim principima. Poznavanje japanskog jezika može u svakom slučaju da pomogne da se stekne bolji uvid u kulturne korene aikidoa.

**P:** Zašto neki studenti nose crne pantalone?

**O:** Crno naborane pantalone, kao suknja, zovu se hakama. To su





tradicionalne japanske pantalone koje u aikidou nose stariji studenti – samo oni koji su nosioci crnog pojasa (neke škole dopuštaju i juniorima da nose hakamu). U aikidou hakama naglašava prelepe kružne pokrete. Na jednom praktičnijem nivou hakama prikriva pokrete nogu i onome ko je nosi daje jedinstven osećaj stabilnosti. Falte i trake doprinose pojačanom osećaju svesnosti psihičkog i telesnog centra usresređenom u hari (*stomaku p.p.*).

**P:** Mogu li napusti strunjače tokom treninga?

**O:** Da – možete. Samo, molim vas, tražite prvo dozvolu od učitelja da to učinite.

**P:** Mogu li ići na privatne treninge?

**O:** Odluku o tome prepustite svom učitelju. Može biti veoma teško istinski učiti aikido u tako ograničenom kontekstu. Neka privatni časovi pojačaju vas uobičajan regularan trening.

**P:** Šta se dešava kod vežbi disanja?

**O:** Utonite u dubok udah, relaksirajte se i spustite vazduh u centar, potom izdišite lagano, smirujući se, i to je ono što nam daje novu energiju, oslobađa nas tenzije, opušta naša ramena i omogućuje nam da pronađemo udoban i prirodan položaj tela. Tokom disanja

(ali i rukovanja) mi primamo u sebe istovremeno energiju neba i zemlje. Mi spajamo naše ruke zajedno dlanom o dlan i drmajući ih prilikom rukovanja mešamo energije naših tela i naših bića. Vežbe disanja nam pomažu da se nas centar (*tačka u donjem stomaku, tanden p.p.*) probudi i oživi.

**P:** Dali su padovi i visoki padovi (*yoku ukemi p.p.*) bolni? Čuo sam kako ljudi udaraju dlanom o strunjače kada padnu. Dali to boli?

**O:** Ponekad, dok se uče padovi (*ukemi*) neki učenici mogu iskusiti blagu neprijatnost sve dok ne nauče da pravilno izvedu pad. Udaranje dlanom ne znači da je pad bio bolan, bez obzira što može zvučati da je tako. To izgleda da je bolno ali nije. Udarac jednostavno pomaže da se utroši energija pada.

**P:** Zašto ne nosite obojene pojaseve?

**O:** U tradicionalnom aikidou beli pojas se nosi u okviru svih stepeneova sve do sticanja ranga shodan (prvi stupanj na dan lestvici, znači početni dan). Dostignuvši shodan, student se potvrdio kao ozbiljan vežbač – ne kao ekspert. Ovo nenaglašavanje značaja spoljašnjih znakova rangiranja ispunjava i promovise više unutrašnju spoznaju i introspekciju sopstvenog postignuća.





# Bokken (boken)- mač

osnovni elementi tehnika mačem

Saša Obradović

*Tehnike mača (bokken - boken) i štapa (jo - do) predstavljaju izuzetno važan i neizostavan deo u proučavanju aikidoa. Sam osnivač Morihej Uešiba je veliki broj kretanja u aikidou preneo iz sistema borenja štapom i mačem. Iako se tehnike sa oružjem ne polažu za učeničke pojaseve, neophodno je predano ih vežbati od prvog dana.*



*Durmitor, Crna Gora, 1995.god.*

Od najstarijeg doba pa do naših dana nastale su mnoge veštine borbi uz upotrebu različitog oružja. Veština upotrebe mača razlikovala se od svih drugih. Mač je bio mnogo više od običnog sredstva za ubijanje. Prestavljao je simbol časti i viteštva, bez razlike, u potpuno različitim kulturama. Ko nije čuo za Ekskalibur, mač kralja Artura? Na žalost, pojavom vatrenog oružja na Zapadu veština upotrebe mača i borenja hladnim oružjem pada u zaborav, a mač postaje ukras uz paradne uniforme ili eksponat u vitrinama vojnih muzeja.

Na Istoku, u Japanu, dva mača, dugački i kratki, koji su visili o pojasu sa oštrom ivicom nagore, predstavljali su najveće blago samuraja: oni su pokazivali njegov status i bili simbol časti ratnika. Kult mača je u japanskoj istoriji zauzimao izuzetno mesto. Kao efikasna oštrica za sečenje - nigde u svetu ne prave ni približno tako dobre oštrice kao u Japanu,

kao umetničko delo, kao talisman i fetiš, mač samuraja je ulivao jedinstveno poštovanje. U rukama nekog nabusitog i grubog čoveka on je mogao postati oružje kojim se divlja, ali se isto tako verovalo da u rukama stručnjaka koji neguje **bushi-no-nasake** - ratničko osećanje milosrđa i blagosti, može postati dobroćudan, čak može i očuvati život.

Sredinom prošlog veka kada prestaju feudalni sukobi u Japanu veštine koje su služile za rat (pa time i podučavale kako što veštije ubiti protivnika a izbeći da vas on povredi) počinju da prerastaju u veštine koje nas uče suprotno ovom - kako živeti potpunije i bolje. Kako borbu sa protivnicima pretočiti u mnogo težu borbu - borbu sa sobom, svojim strahovima, slabostima. Tako nastaju veštine koje danas znamo kao aikido, karatedo, judo, kendo. Značaj hladnog oružja, kao oružja, postaje sve manji.

Od svih ovih veština u aikidou (uz kendo i iaido) se nastavilo sa proučavanjem tehnika mača. Osnivač aikidoa Morihej Uešiba, čiji se unuk danas nalazi na čelu organizacije kojoj pripadamo, u svojoj mladosti je prošao Jagju školu mača kod učitelja Masakacu Nakajeme. Ova škola mača, njeni stavovi i način borenja presudno su uticali na Ueshibu kada je zaokruživao svoj borilački sistem koji danas nazivamo aikido. Veština

mačevanja koja se proučava u okviru aikidoa je u njegovoj osnovi, i iako za laika manje složena od telesnih tehnika, nema za cilj da dopuni kurs obuke aikidoka i da veštinu učini atraktivnijom već da nam pomogne u razumevanju suštinskih principa veštine. Na posebnim treninzima posvećenim tehnikama bokena (*drveni mač -jap.*) uče se osnovne vežbe (u parovima ili samostalno), koje u sebi sadrže osnovne sekove,

sklanjanja i strategiju borbe mačem. Osnovne vežbe zamišljene su kao dogovorene borbe u paru (ima ih šest i zovu se tachi) sadrže u sebi sve elemente Jagju škole mačevanja. Svi oni koji vežbajući aikido u školama koje iz nepoznavanja tehnika mača ovu oblast zapostavljaju, ili je uopšte ne rade, bivaju uskraćeni za fundamentalne principe koji se kroz mač uče i koji prestravljaju samu suštinu i smisao aikidoa.



## 1. Telesne tehnike mača

- ♦ TACHI DORI UKE – (oduzimanje mača)
- ♦ TACHI DORI UCHI – (bacanja i tehnike uz pomoć mača, mač je kod torija),(sl.1)
- ♦ Vežbe izbegavanja i sklanjanja od mača, od jednog ili više napadača.



## 2. Osnovni elementi mača

Osnovni početni stav sa mačem je migikamae (desni stav, desna noga je napred)(sl.2). Mač se drži uvek sa obe ruke, desna je uvek napred, šake su odozgo. Leva ruka drži za sam kraj mača tako da je mali prst leve ruke ili potpuno na kraju ili iza mača. Telo je okrenuto (kod osnovnog *seigan kamae* stava) frontalno u odnosu na pravac iz kog očekujemo napad. Ne zaboravite, sekovi i bodovi se izvode isključivo sa desnom rukom napred!



**Boken** - predstavlja vernu kopiju, po izgledu i težini, japanskog mača katane. U zavisnosti od škola mača može se razlikovati po obliku i dužini.

### 3. Osnovni stavovi (kamae)

- **seigan kamae** – osnovni stav, predhodno opisan (sl.2)
- **jodan kamae** – visok stav, mač i obe šake su iznad glave (sl.5)
- **haso kamae** – leva noga je napred (hideri kamae, levi stav) mač je uspravno na više pored glave privučen uz desno rame. (sl.3)
- **waki kamae** – leva noga je napred (hideri kamae) mač i desna ruka su pozadi u produžetku desnog pazuha, sa sečivom okrenutim nadole ili ustranu. Šake kojima držimo mač okrenute su nadole. (sl.4)

(sl.3)



(sl.5)



(sl.4)





## 4. Suburi

Suburi su osnovne i neophodne vežbe za JO i BOKEN. To su udarci, sekovi i bodovi koji se uvežbavaju velikim brojem ponavljanja.

♦ 1. SUBURI (*Ichi no suburi*)

dizanje mača ravno iznad glave (*sl.5*) sa korakom unazad i sledi sek po glavi ravno napred, SHOMEN UCHI

♦ 2. SUBURI (*Ni no suburi*)

slično kao 1. osim što se kod koraka unazad telo postavlja delom ukoso sklanjajući se sa linije napada, nakon čega se vraća na zamišljenu liniju napada i radi korak se SHOMEN UCHI udarcem.

♦ 3. SUBURI (*San no suburi*)

korak unazad, waki kamae (*sl.4*), zatim sledi SHOMEN UCHI sa korakom napred.

♦ 4. SUBURI (*Yon no suburi*)

sek u napred, SHOMEN UCHI sa naizmeničnom promenom nogu, jedan sek je sa levom, drugi sa desnom nogom napred.

♦ 5. SUBURI (*Go no suburi*)

sek u napred sa strane YOKOMEN UCHI, sa naizmeničnom promenom nogu, jedan sek je sa levom, drugi sa desnom nogom napred. Mač se okreće oko glave, RENZOKU UCHI KOKMI.

♦ 6. SUBURI (*Roku no suburi*)

korak unazad, SHOMEN UCHI, zatim tsuki, bod sa tsugi ashi korakom (istom nogom), YOKOMEN UCHI, zatim tsuki, bod sa tsugi ashi korakom. Kod boda desna noga je napred. (*sl.6*)

♦ 7. SUBURI (*Nana no suburi*)

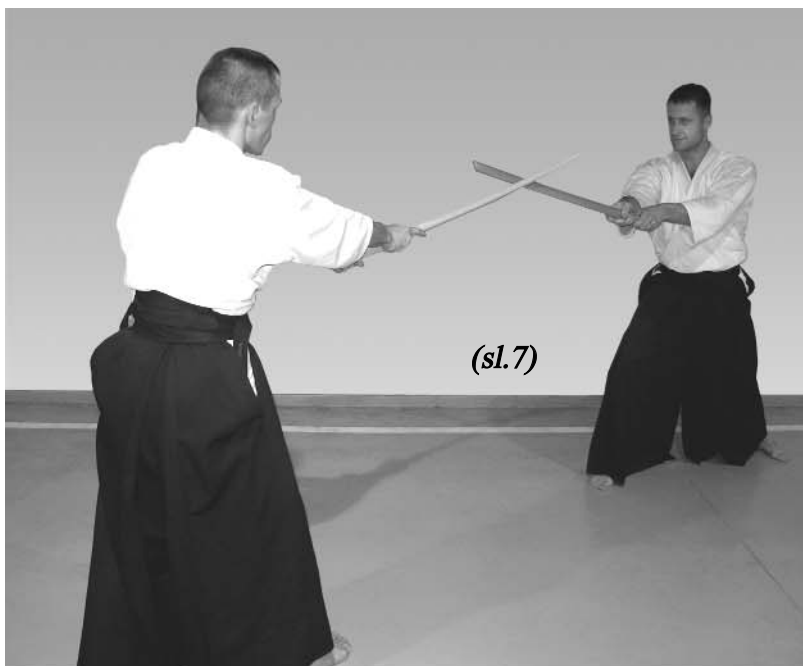
slično kao 6. samo što se tsuki radi sa korakom napred (promenom stava). Shomen uchi, korak zadnjom nogom - irimi i tsuki. Kod boda leva noga je napred.



(*sl.6*)

na fotografijama u okviru teksta su:

Velibor Vesović, Saša Obradović, Srđan Rusić i Ivan Todorović



(sl.7)



(sl.8)

**K**ompleti oružja: drveni  
štap (jo), mač (boken)  
i nož (tanto), plus futrola.  
0 6 4 1 8 . 2 5 . 8 2 9



(sl.9)

## 5. Tachi (tači) ili kumitachi

Vežbe u paru (tachi - tači) predstavljaju koreografije borbi mačem u kojima se uvežbavaju predhodni udarci, blokovi i kretanja tela (tai sabaki). Sve ove vežbe imaju i svoje varijante skraćivanja (telesne i varijante mača). Postoje:

- ICHI NO TACHI, prvi tachi (sl.7);
- NI NI TACHI, drugi tachi (sl.9);
- SAN NO TACHI, treći tachi;
- YON NO TACHI, četvrti tachi;
- GO NO TACHI, peti tachi (sl.8);
- KI-MOSUBINO TACHI, tachi “čvora kia”.

Osim ovih, postoji još mnoštvo vežbi sa mačem u paru ili pojedinačno koje bi bilo potpuno necelishodno preporučavati.

Knjige “Traditional Aikido” Morihira Saita Senseia objavljene 1973. godine predstavljaju jedno od najznačajnijih aikido izdanja ikada objavljenih. U kompletu od 5 knjiga “Volume 1” i “Volume 2” tiču se tehnika mača i štapa i ako nekad budete u mogućnosti - nabavite ove knjige.

Do leta 2008. godine izaći će posebna DVD izdanja sa kompletnom školom štapa, mača i programom za kyu ispite.

Svrha ovog teksta kao i preporučenih knjiga i diskova je na prvom mestu da vam budu podsetnik u vežbanju i da vam pomognu pri učenju naziva termina vezanih za ovu oblast.

Na zaboravite, put učenja aikidoa je isključivo fizički treningi što podjednako važi i za aiki ken - tehnike mača i aiki do - tehnike štapa.



### **najvažniji delovi katane:**

**Tsuba** - štitnik na maču;

**Tsuka** - drška;

**Saya** - korice;

**Kissaki** - vrh oštrice;

**Seppa** - bronzani deo sa obe strane tsube do sečiva . . .

# Jednom aikido, zauvek aikido

Nebojša Oklobdžija 4.dan



Pre mnogo godina, u proleće 1991, kada se priroda budi i ja sam krenuo u potragu za nekim sportom koji bi me najviše privukao. Svratio sam u obližnju sportsku halu, “Halu Sportova” na Novom Beogradu da pogledam trening aikidoa (tada nisam ništa znao o aikidou). Taj trening je držao majstor aikidoa Novak Jerkov koga sam tom prilikom i upoznao. Na prvom sledećem treningu u “Hali Sportova” ja sam se pojavio spreman da treniram, a već posle prvog polaganja za 6.kyu postao sam zaljubljen u ovu veštinu. Mnogi znaju da ta ljubav doseže i do današnjih dana.

Tokom mog vežbanja i bavljenja aikidoom upoznao sam mnoge sportiste kako visokih tako i nižih zvanja, a ujedno sam se upoznao i sa strukturom i čelnim ljudima u tadašnjoj aikido organizaciji.

Ali, bez brige, neću Vas zamarati političkim vodama u ovoj priči u ovom prelepom svetu aikidoa.

Dakle, vredno i predano trenirajući u “Hali Sportova” kod majstora Novaka postajemo i prijatelji koji proširuju saradnju u pogledu otvaranja zajedničkih aikido sala, koje su više ili manje bile uspešne. Dobrim organizovanjem svog vremena u tom periodu mog vežbanja uspevam da posećujem mnoge treninge u “Hali sportova” i u “Pinkiju” gde je držao treninge majstor Saša, što mi je donelo dobru podlogu u savlađivanju najbitnijih početnih koraka u svetu aikidoa.

Nažalost ili na sreću u zavisnosti ko kako bude razumeo, u trenutku kada je naša organizacija trebala da napravi neke važne korake ka svojoj budućnosti nastaje neočekivani preokret i ona se raspada, po ko zna koji put po poznatom principu nesloge čelnih ljudi organizacije.

Samo zahvaljujući prisebnošću, iskustvu i odlučnošću Saše Obradovića i Novaka Jerkova kao i pomoć nekolicine bliskih ljudi ovom tandemu iz te nesrećne situacije izrasta “Aikido federacija Srbije” u kojoj se mi danas nalazimo. Tačnije rečeno, da njih nije bilo tu u datom momentu i ja i mnogi drugi ne bi bili ovde gde smo sada.

Kroz razne uspone i padove u mom treniranju mogu se pohvaliti da je trener Novak uvek bio uz mene i davao mi korisne i pravovremene savete, dok je na višoj instanci uvek bio tu da pomogne i Saša. Mada nije uvek bilo po mojoj volji ili zamisli ono što su mi savetovali Noki i Sale, bivalo je najčešće ispravno. Sad posle dugog niza godina vežbanja i ujedno družeći se sa njima, izlazi na videlo iskustvo i srdačnost iz kojeg su govorili i pružali mi uvek pozitivnu energiju za svo vreme bavljenja aikidoom a kasnije i u segmentu vođenja kluba.

Naročito tokom ranijih godina, a verujem i u današnje vreme, nije nimalo lako izdvojiti vreme i finansijska sredstva za treniranje nekog sporta ili borilačke veštine. Igrom slučaja, meni je pošlo za rukom da te stvari prebrodim i uklopim u svoj

život, a samim tim da postanem deo jednog velikog neba koji se kod nas naziva Aikikai Srbije. Spoznajući sve dobrobiti aikidoa i uz pomoć Saleta i Nokija otvorio sam i sopstveni klub koji se vremenom proširio na nekoliko sala. Naravno to nije trud samo jednog čoveka već i nekolicine majstora i starijih učenika iz bližih klubova koji su nesebično dolazili i pomagali mi u razvoju kluba.

Ovom prilikom želim da se zahvalim svim aikidokama koji su mi unazad godinama pomagali kako u zajedničkom treniranju i mnogobrojnim pripremama za polaganja, tako i u vođenju kluba i u njegovom razvoju. Staviti poimence sve te ljude dobre volje na ove stranice našeg biltena značilo bi još nekoliko dodatnih stranica, a to mi urednik sigurno ne bi dozvolio. Nadam se da će se većina prepoznati u ovom odeljku.

Veliki je broj pozitivnih ljudi u našoj organizaciji koji su mi pomogli u mom aikido razvoju i zato im od srca hvala za takvu pomoć, saradnju i druženje.

Posebno bi zahvalio Saši Obradoviću i Novaku Jerkovu na svestranoj podršci i nesebičnom zalaganju svih ovih godina u nadi da će naša federacija biti još brojnija kako mladim i pozitivnim ljudima tako i klubovima širom zemlje.

HVALA VAM.

# Ukus Banzovog mača

**Umetnost  
Filozofija  
Kultura  
Japan  
Jezik  
Priče  
Istok**

*Tsuba* - je štitnik uglavnom ovalnog ili četvrtastog oblika koji se nalazi na kraju drške na raznim japanskim oružjima kao što su katana, wakizashi, tanto ili naginata. Tsuba pridonosi boljoj kontroli oružja (desni palac šake obično dodiruje tsubu) i zaštiti ruku. Tsube su pravili generacije majstora čiji je jedini posao bila izrada samo tog jednog jedinog dela. Većinom su bogato ukrašavane. Japanske porodice samurajskih korena često imaju i svoje porodične grbove (mon) urezane u tsube. Mogu se naći izrađene od raznih metala, najčešće od čelika, bakra, bronzе i materijala koji se u Japanu zove shakudo, leguri zlata i bakra (96% bakra), koja se koristila zbog prekrasne tamne plavo-ljubičaste patine koja se nakon nekog vremena hvatala na nju.





# Otkrivanje bogatstva duha u Srbiji, zemlji okruenoj dobrotom

**Masaaki Dan**

prevela sa japanskog: Kanoko Tsuda

preveo sa engleskog: Aleksandar Pavlović

*Pukovnik Masaaki Dan je vojni ataše pri Ambasadi Japana u Srbiji, ima 3.dan i učenik je Moritera Uešibe. Veliku nam je čast da je član "Aikido federacije Srbije -Aikikai Srbije".*

*Uloga vojnih atašea je da borave u stranim zemljama i sakupljaju podatke o dodeljenoj im državi i uprkos sukobljavanju različitih načina života i kultura, oni imaju veoma aktivnu ulogu.*

*U ovom izdanju izveštava pukovnik Dan koji živi u Srbiji gde su ožiljci sukoba još uvek prisutni...*

U maju 2006, dok smo bili zauzeti pripremama za moj zadatak u Srbiji, moja deca su se pobunila i uz suze pitala: „Da li stvarno moramo da idemo u Srbiju? Ne želimo da se odvajamo od prijatelja i da idemo na mesto koje ne poznajemo.” Nisam mogao da im odgovorim dovoljno dobro zbog toga što je tada moje znanje o Srbiji bilo oskudno. Ipak, skoro na silu, odlučio sam da ih odvedem tamo. Još uvek se sećam lica dece koja su gledala Japan iz

aviona dok je uzleteo sa Narita aerodroma 22-og juna.

**Srbija, zemlja ljudi velikog srca, čak i posle nekoliko ratova**

Pretpostavljam da mnogim Japancima kojima nije poznat naziv Srbija, reči kao bivša Jugoslavija, Beograd i predsednik Tito mogu pomoći da dođu do osnovne slike. Bivša Jugoslavija je bila zemlja koja nije pripadala ni Istočnom ni Zapadnom bloku i imala je vodeću ulogu u antiblokovskom pokretu. Tokom 1990-ih se prostirala na 5 zemalja: na Sloveniju, Hrvatsku, Bosnu i Hercegovinu, Srbiju i Crnu Goru, i Makedoniju. Juna 2006. Crna Gora postaje nezavisna država i formirana je Republika Srbija.

Srbija je pretrpela mnoge ratove u svojoj prošlosti. U novijoj istoriji



još su sveža sećanja na rat u Bosni 1992. gde je poginulo oko 200.000 ljudi, i na probleme na Kosovu koji su od 1998. postajali sve ozbiljniji. Čak i sada je tamo stacionirano 16.000 vojnika UN-a. Danas je za Kosovo nadležna misija Ujedinjenih Nacija i pitanje nezavisnosti Kosova se rešava na internacionalnom planu. Takođe, Beograd je kao prestonica bio bojno polje, tako da su mnoge prelepe zgrade uništene. Posebno je NATO bombardovanje 1999. razorilo zemlju i ostavilo očajne ožiljke Beogradu koji govore o veličini bombardovanja. Sa druge strane, došlo je do građevinskog procvata u poslednjih nekoliko godina, tako da sada grad predstavlja misterioznu kombinaciju između rušenja i stvaranja.

Mnogi bi mogli da naslute da su Srbi agresivan narod zbog njihove istorije. Kako god, uprkos užasnim ratovima i raznim međunarodnim sankcijama Srbi su radosni i dobrodušni, puni topline čak i za Evropljane. Ono što je osobeno za srpski, a ne i za japanski narod je njihova jaka ličnost (posebno kod žena) i njihova tvrdoglavost. Oni jako dobro neguju sopstvenu tradiciju i znaju da uživaju u slobodnom vremenu. Beograd je veoma živahan grad uprkos zgradama uništenim tokom bombardovanja. Noćni život je jako aktivan i mnogi ljudi uživaju u slušanju domaće muzike u restoranima. Prva stvar koja me je pozitivno iznenadila bile su lepe žene. Šetajući gradom

mogao sam uočiti izuzetan stil srpskih žena, koje izgledaju kao da su izašle iz modnih časopisa. Takođe, Srbija je sigurno mesto, i centar Beograda je, izuzev jedne oblasti, siguran za decu da se sama šetaju. Možete li zamisliti da vaše dete, recimo tinejdžer sam(a) šeta po centru Shinjuku-a usred noći? Moja ćerka se sama vozi taksijem a moja žena i ja, kao roditelji nemamo straha. Priča sa srpskim taksistima (koji mnogo vole Japance) na škrtom engleskom i uz pomoć gestikulacije.

### Od sada pa nadalje u miru sa ljudima koji žive punim srcem

Prosecni mesečni prihodi u Srbiji iznose oko 360€ (oko 58.000¥). u poređenju sa Japanom to je neverovatno nizak prihod. Uz to, u Srbiji živi oko 1.550.000 penzionera. Tačno je da su životni troškovi niži, hrana je posebno

jeftina, u poređenju sa Japanom. Na primer, pivo košta 50 yena, vekna velikog hleba je takođe oko 50 yena. Međutim, benzin košta 160 yena/litar i uvozna roba i nameštaj su skuplji. Ali u Srbiji se ne oseća lošiji način življenja. Kako pada mrak, mnoge familije i parovi se šetaju pešačkim stazama duž Dunava dok drugi ispijaju čase vina na brod-restoranima posmatrajući zalazak sunca. Gledajući njih pomislio sam da su oni ti koji „žive luksuzno”. Mnogo puta sam bio gost osoba koje žive u različitim oblastima Srbije. Svaki put sam iskusio bogatstvo života iako finansijski možda nisu dobrostojeći. Obradivanje povrća na velikim poljima, odgajanje svinja, krava, kokoši, kućica i mačaka, i proizvodnja domaćeg alkohola, rakije je uobičajena za sve generacije, od baka i deka do unučića, koji svi žive pod istim krovom u veseloj atmosferi. Hrana kojom su me ugostili su bila nacionalna jela, supe, jela od povrća i rakija. Za vreme ručka svi su bili nasmejani

jeđuci prelepa jela i pijuci rakiju, pomalo se napijajući, posle čega obično ide pevanje i igranje. Pre nego što smo i mogli da primetimo, moja porodica i ja smo se uključivali u igru, ne znajući korake, jednostavno zatečeni prijatnom atmosferom. Mislim da mi je ovo iskustvo dozvolilo da otkrijem srpsku tajnu o uživanju u životu. U poređenju sa današnjim Japanom, Srbija nije materijalno i



finansijski bogata, ali moje mišljenje je da Srbi poseduju umetnost u tome kako treba uživati u životu. Naravno, urbanizacija, približavanje Zapadu i kultura mladih ljudi su u Srbiji veoma napredni tako da se njihov način života i mentalitet ubrzano menjaju.

Poznato mi je da je vojska bivše Jugoslavije bila veoma moćna, no šta je sa danasnjom srpskom vojskom? Prošle godine Republika Srbija je dobila svoju vojsku kojom komanduje predsednik. Ali srpska vojska se suočava sa mnogim problemima kao što su nedostatak ljudstva, vojnog budžeta i opreme za šta se uglavnom krivi nepopularnost vojske. Kako bi srpska vojska postala dovoljno dobra Srbija je u procesu reforme nacionalne odbrane. Do kraja 2010. predviđeno je da se uvede profesionalna vojska sa oko 27.000 vojnika, profesionalnim vojnim sistemom i ukidanjem vojne obaveze. U mnogome oštećena NATO bombardovanjem ponovna izgradnja srpske vojske nije laka. Prema današnjim standardima ne može se reći da je srpska vojska jaka, ali u poslednjih nekoliko godina njihova saradnja sa NATO savezom se dosta poboljšala i otpočele su reforme bazirane na NATO standardima. Ali, pošto se uspomene na bombardovanje 1999. ne mogu izbrisati, polovina srpske populacije je protiv pridruživanja

NATO paktu. Zanimljiv primer je bio kada je tokom rata srpska vojska oborila americki lovac F117, civili koji su bili na demonstracija-



ma su nosili plakate sa natpisom: „Izvinite, nismo znali da je nevidljiv.”

### **Reči moje dece su me naterale da shvatim koliko je Srbija fascinantna**

Prošlo je godinu dana od kako smo otišli iz Japana 2006-te. Vratili smo se u posetu Japanu u avgustu 2007. Vreme u Beogradu deca su provodila boreći se konstantno sa engleskim jezikom u internacionalnoj školi. U prvih nekoliko meseci nisu mogli da završe domaći sve do ponoći. Posebno mlađa ćerka, koja je došla u Srbiju

kada je bila u 6-om razredu (u Japanu se engleski izučava od 7-og razreda pa nadalje), nije znala ništa na engleskom. Međutim, tri nede-

lje posle našeg povratka u Japan ona mi je rekla: „Tata, hajde da se vratimo u Srbiju, Srbija je bolja.” Samo godinu dana pre toga deci se nije sviđala ideja o odlasku u Srbiju i gledali su Japansko kopno prepuni tuge zbog odlaska. Ta ista deca su mi pričala kako žele da se vrte u Srbiju. Nisam mogao da shvatim šta je to u Srbiji što ih je navelo na takvo razmišljanje. Međutim, obećao sam sebi: „U toku sledeće dve godine potrudicu se da cela moja familija živi u Srbiji u blagostanju i da se u Japan vratimo dobrog

duha i zdravlja.” Pretpostavljam da postoje mnogi razlozi zbog čega su deca ovoliko uživala u Srbiji, ali je verovatno glavni razlog sama Srbija i pažnja ljudi. Iskreno sam zahvalan Srbiji i njenim ljudima što su moja deca mogla da odrastaju na ovom nivou. Da li biste i vi voleli da posetite ovu divnu zemlju, Srbiju? Verujem da ona može da vas obmota dobrotom i nežnošću tako da vaš umor može biti izlečen. I verujem da Srbija može da vam vrati vašu istinsku dobrotu...

***Tekst je objavljen u japanskom visokotiražnom magazinu krajem prošle godine.***



### Način života

*Čovek se rađa nežan i slab,  
u času svoje smrti, on je tvrd i krut.  
Zelena bilje je nežno i ispunjeno sokom.  
Kad umire, uvelo je i suvo.  
Stoga, krutost i nesavitljivost  
sledbenici su smrti.  
Blagost i plodnost su sledbenici života.  
Zato vojska koja nije fleksibilna  
Drvo koje se ne savija, lako se slama.  
Tvrdo i jako će pasti.  
Meko i slabo biće pobednik.*

—  
Sun Cu Vu, V vek p.n.e.

老子

# Lao Ce

Saša Obradović

*Lao C' ili Lao Ce (oko 570. p.n.e. – oko 470. p.n.e.) Jedan od najznačajnijih starih kineskih filozofa. Nema pouzdanih podataka o njemu kao istorijskoj ličnosti. Tradicionalno, prihvata se da je živio u VI veku pre nove ere, ali ga savremeni naučnici smeštaju u period IV veka pre nove ere, u period Zračenih država. On se smatra autorom ključnog dela taoizma "Knjige o Putu i Vrlini".*

*Lao Ce je živio verovatno u vreme Sidarte Gaotame Bude na Istoku i Perikleja u Grčkoj a izvesno je u vreme Konfučija u Kini.*



## Lao Ce (Lao C')

O Lao Ceu kao istorijskoj ličnosti nema pouzdanih podataka. Sve što se zna o njemu preuzeto je iz kineske tradicije i iz njegove biografije u Istorijskim zapisima S'-ma Čijena, koji su pisani od 109. godine p.n.e. do 91. godine p.n.e.

Prema ovim izvorima, Lao C' je bio stariji savremenik Konfučija. Rođen je u prefekturi Ku, u državi Ču, današnjoj kineskoj provinciji H'-nan. Po legendi, rodio se star tj. sedokos, pošto je prethodno proveo osam (ili čak osamdeset) godina u majčinoj utrobi.

Radio je kao arhivar u Carskoj biblioteci dinastije Džou u Luo-jangu, tadašnjoj prestonici Kine. Po predanju, kada je napustio državnu službu, otišao je na vodenom bivolu (zebuu) u državu Čin, a odatle nestao u pustinji. Stražar na najzapadnijoj kapiji države Čin ga je zamolio da zapiše svoje učenje pre nego što se zaputi u pustinju. Lao C' ga je poslušao i tako je nastala Knjiga o Putu i Vrlini. Lao C' ju je napisao za tri dana a onda je otišao u pustinju i o njemu se više ništa nije čulo.

Nema pouzdanih podataka o njegovoj smrti osim legendi da je živio, kako već biva kod narodnih predanja, sto šezdeset ili dvesta godina.

## Lao Ce i Konfučije

Upomenutim S'-ma Čijenovim Istorijskim zapisima opisan je i susret Lao C'-a i Konfučija.

Dok je Lao C' radio kao arhivar u Carskoj biblioteci, Konfučije se sreo sa njim, i razgovarali su o ritualima i obožavanju predaka (Pogledajte „Biletan br.6” i tekst u Konfučiju). Lao C' je rekao Konfučiju: „Kosti ljudi o kojima govoriš odavno su pretvorene u prah, i samo njihove reči ostaju. Ako je vreme za čoveka pogodno, biće uspešan; ako nije, neće biti. Uspešan trgovac sakriva svoje bogatstvo od drugih, a karakteran i plemenit čovek će se praviti bezumnim. Stoga, trebalo bi da se odrekneš svog ponosa, svojih želja, taštine i preteranih htenja. Oni su za tebe beskorisni.”

Posle njihovog susreta, Konfučije je učenicima rekao: „Znam kako ptice lete, kako ribe plivaju i kako životinje trče. Ali ono što trči može biti uhvaćeno u zamku, ono što pliva može biti uhvaćeno na udicu, a ono što leti može biti oboreno strelom. A ko zna kako zmajevi jašu na vetrovima i uzdižu se kroz oblake do nebesa? Danas sam sreo Lao C'-a i mogu ga uporediti samo sa zmajem.”

Poznavati druge jeste inteligencija; poznavati sebe prava je mudrost. Kontrola drugih je snaga; kontrola sebe samog prava je moć.

Milost i nemilost uzrok su straha. Što cenimo i čega se bojimo, u nama je samima.

Putovanje od hiljadu milja počinje prvim korakom.

Svet možemo upoznati, a da i ne otvorimo vrata. Smisao neba možemo dokučiti, a da i ne pogledamo kroz prozor.

Pazite na svoje misli; one su početak postupaka.

Znati da znaš ono sto znaš, i da ne znaš ono sto ne znaš - eto ti najvećeg znanja.

Jedno jedino "evo ti" vredi više nego deset "neka ti Bog pomogne".

Istinite reči nisu lepe (*za uho*), lepe reči (*za uho, obično*) nisu istinite.

Onaj koji odmah svakom odobrava retko će kad moći da kaže i vlastitu reč.

Nametati svoju volju drugima jeste nasilje, a nametati sebe sama vrhunac je nasilja.

Ko želi slatko, treba podneti i gorko.

Mudrac pokreće sve (*stvari*) ali ne (*misli*) da (*u bilo čemu*) ima moć (*nad njima*), uspeva ali ne ističe (*lični*) uspeh, ne žudi da pokaže (*nimalo od svojih*) sposobnosti.

Kao što je strast glas tela, tako je savest glas duše.

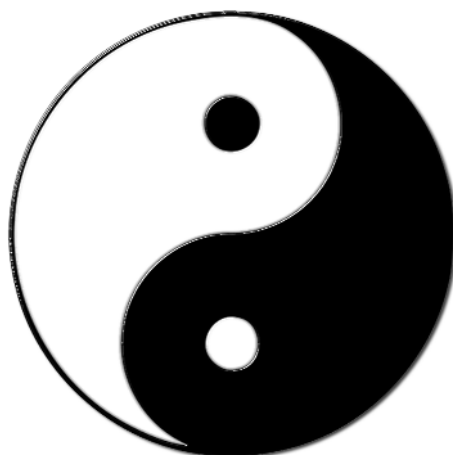
Od zemlje se prave lonci ali ona praznina u njemu daje svojstva loncu.

Ko se raduje pobedi, veselice se ubijanju, a ko se veseli ubijanju, na svetu je pogrešio svoj cilj. Ko je mnogo ubijao, neka mrtve oplakuje suzama, neka pobedu slavi kao žalost.

Nežnost savladava snagu.

*Lao Ce*





## Taoizam (Daoizam)

Jedan od najvažnijih utemeljitelja taoizma bio je Lao Ce. Lao Cea je poučavao da ljudi treba da žive u harmoniji sa prirodom. On je naglašavao važnost jednostavnog života i održanje ravnoteže sa prirodom, pri čemu se nije slagao sa Konfučijevim uverenjem da su u jednom društvu najvažniji snažna porodica i država. On nije verovao u zakone i poučavao je da je najbolji način života ne preduzimati nikakve snažne, protivprirodne akcije. Temeljno delo taoizma je Tao Te Ćing, knjiga koja se često prevodi kao "Knjiga Puta i Vrline".

Središnji pojam taoizma je Tao ili Dao, (na slici desno). Tao je nepromenjiv, pre je svih stvari. Od njega potiču nebo i zemlja, kao dva pola. Muški princip Jang (duh, dobro, ljubav, svetlo) i ženski princip Jin (materija, zlo, mržnja, mrak), koji zajedno održavaju sklad sveta u neprestanom menjanju. Ovaj princip dualizma utkan je u poimanje sveta i života, shvatanje ljudskog zdravlje vezanog za protok energije i njeno uravnoteženje. Taoisti Tao tumače kao princip kontinuiteta u večno menjajućem Univerzumu.

Kao religija, Taoizam se utemeljuje tek u 2.veku n.e. mnogo posle Lao Cea.

Za razliku od velikih zapadnjačkih religija, taoizam nema jednog boga ni proroka osnivača. Jedno od glavnih verovanja taoizma je da svaka osoba treba da sledi sopstveni put ka Taou, ili „životnom putu”. Univerzalan, a ipak veoma lične prirode, taoizam je imao značajnog uticaja na duhovni život mnogih kultura, kako u Aziji, tako i širom sveta.



Simbol Taoizma (na slici skroz gore) je Jin Jang (Yin-Yang) i predstavlja dve glavne suprotstavljene, ali komplementarne sile koje se nalaze u svemu u svemiru. Jin je "crno", a jang „belo“ i oni prouzrokuju sve što se događa. Oni nisu potpuno crni, niti potpuno beli i ne mogu da postoje jedno bez drugog.



# Japanski vrtovi

Saša Obradović

## *Zlatni paviljon, Kjoto.*

*Hram je podignuo 1394. godine Ashikaga Yoshimicu. Paviljon je preživio ratne vihore, ali nije preživio trenutak ludila jednog japanskog monaha! Bolesno opsednut lepotom svetišta - 1950. godine ga je zapalio. U stanju psihičke neuračunljivosti, mladi budista je smatrao da će ga jedino tako sačuvati! Na mestu starog, sagrađen je novi hram. Na crtežu desno je ilustracija vrta iz 1799. god.*







**T**radicija gradnje vrtova u Japanu, odnosno baštovanstva je razvijana više od hiljadu godina i ona je svojevrsan izraz kulture Dalekog istoka.

Treba se podsetiti da se japanski arhipelag sastoji od dugog uskog niza ostrva; više od 75 procenata japanske kopnene mase pripada planinama, dok je ostali deo zemlje komponovan od stepenastih zakošenih dolina i uskih priobalnih zaravni. Topla morska klima i česte kišne padavine kreiraju vlažnu, maglovitu klimu koja podržava bogatu i raznovrsnu floru. Sve ovo je uticalo na stvaranje karakterističnog japanskog vrta.

Postoji nekoliko tipova vrtova: za šetnju, **“stil shuju”** - vrt čiju glavnu odliku predstavlja staza koja vodi od jedne do druge tačke gde postoje mnoga mesta pogodna za meditaciju, i gde se vrt posmatra iz središnje građevine s naglaskom na stvaranju brižno komponovane scene koja podseća na sliku i može dugo da se gleda; vrt za zabavu - **“stil funa asobi”** (čamac za uživanje) - koncentrisan oko ribnjaka kojim su se dvorjani vozili čamcima i vrt za zadovoljstvo, **“stil kajju”** (mnogo zadovoljstva) - u kojem se razni vrtovi, najčešće čajni, konstruišu oko središnjeg ribnjaka, i tako se dočaravaju promene prizora. Postoje i različite varijante navedenih stilova.

Imamo “vlažne vrtove” i “zelene vrtove” - sa vodenim površinama i zelenilom, ali isto tako postoje i potpuno suvi vrtovi kao što je poznati tip **“kare sansui”** - “vrt bez drveća” ili “suvi pejzaž”. Taj vrt se naziva zen vrt ili poznat je i kao **“kansho-niwa”**.

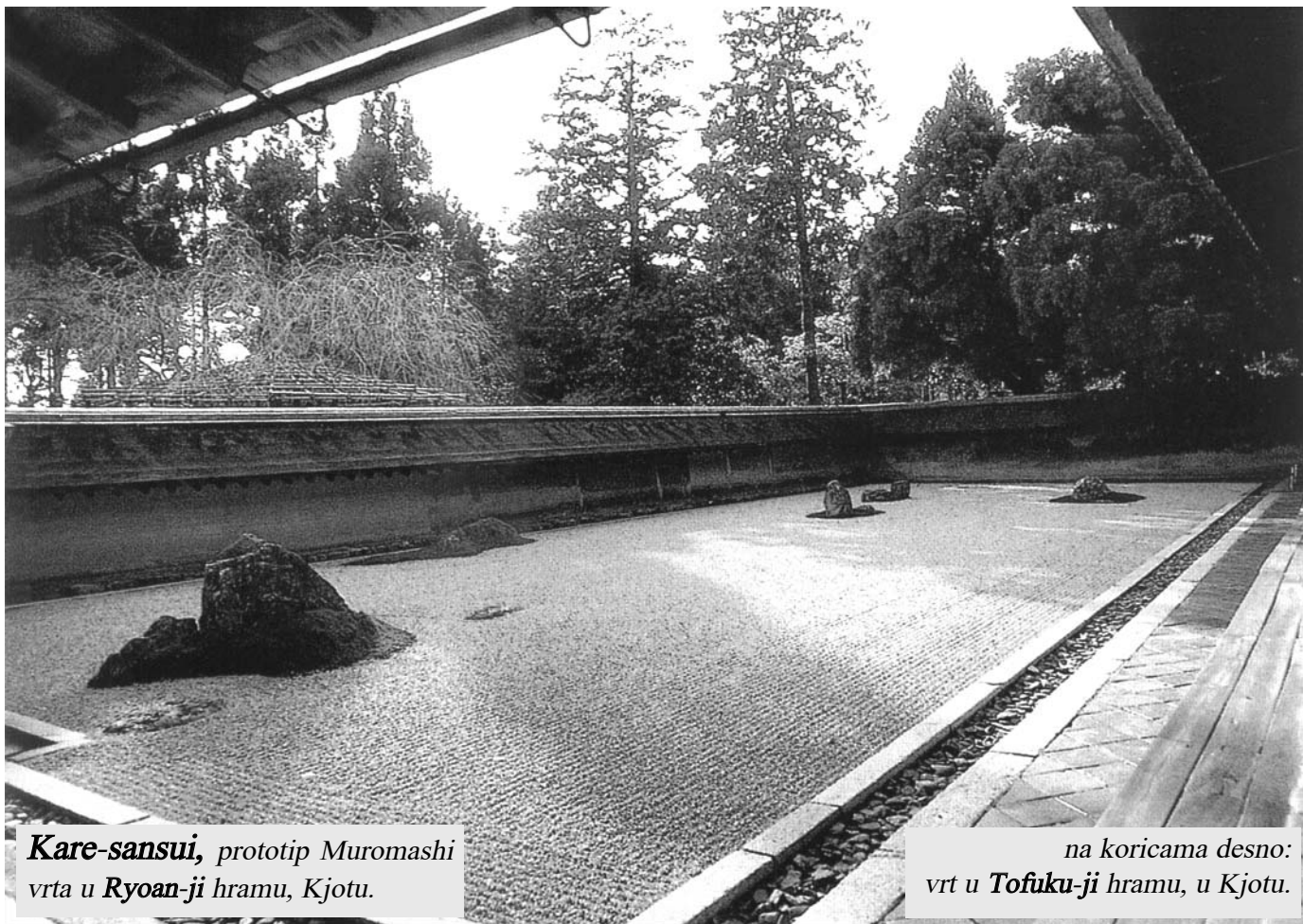
Zen vrtovi su prvobitno bili smešteni jedino u unutrašnja dvorista zen manastira ali su zbog svoje lepote i jednostavnosti bivali prihvaceni širom Japana, a od 20. veka i širom sveta.

Zen vrt predstavlja duhovnu repliku sveta, “suvu baštu” našeg uma i odnosa prema njegovim večnim principima. U manastirima služe za smirivanje duha i uvođenje u meditaciju.

Zen vrt podleže strogim pravilima uređenja - uvek se sastoji od ograđenog, plitkog “bazena” ispunjenog sitnim šljunkom, određenog broja stena ili krupnog kamenja, i retko biljkama (uglavnom mahovinom). Šljunak (nikad se ne koristi pesak) simbolizuje vodu, i zbog toga se SVAKOG DANA preoblikuje specijalnim grabuljama u šare koje podsećaju na talase, stenje raspoređene po vrtu predstavlja zemlju (a često i samo ostrvlje Japana), a zbog trećeg elementa, vazduha (ili kosmosa) - uvek vrt mora biti na otvorenom, bez nadstrešnica.



❖ **Koryuji hram, Kyoto**



**Kare-sansui**, prototip Muromashi vrta u **Ryoan-ji** hramu, u **Kjotu**.

na koricama desno:  
vrt u **Tofuku-ji** hramu, u **Kjotu**.

Mogu se upotrebljavati i biljke, ali su u konceptu cele priče - nebitne.

## ◎ Zen vrt u kući

Svi mi koji nemamo vrt na otvorenom možemo napraviti kućnu varijantu istoga. Mnogi će pomisliti da ovom pragmatičnošću banalizujemo celu ideju, ali nemojte dozvoliti da forma pokvari suštinu.

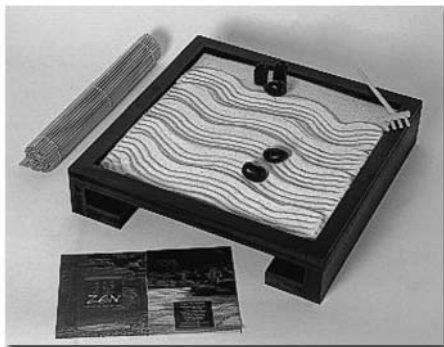
Potrebna vam je plitka drvena kutija koju trebate izlakirati i koja bi stajala na četiri male drvene noge. Kutiju, slično kao i kod velikog vrta treba da ispunimo sitnim šljunkom (idealno bi bilo jako sitnim i od granita). Osim šljunka, koji formira vodu, obavezan deo su i stene, koje simbolizuju ostva, dugovečnost i zdravlje. Biraju se

lično, sopstvenom rukom i tradicionalno je da se uzimaju bar dve, jedna koja simbolizuje kornjaču a druga ždrala, jer te dve životinje predstavljaju simbol dugovečnosti. Moguće je i napraviti ostrvo od grupacije kamenja.

Trebaju vam još grabulje i ravnjača, od drveta ili bambusa.

Ako sa gornje strane postavite staklo, izgubićete treći element vrta - vazduh, ali dobićete prelep sto u kome je u unutrašnjosti pravi umešani zen vrt!

Nemojte da vam padne na pamet da kao u kafićima koji slične makete koriste kao stolove u pesak ili šljunak stavite ukrase za jelku, zrna kafe ili šljokice pošto je tako baš slatko i SUPER!!!





**Seminari Aikikai Srbije u 2008. godini:**

- ❖ VII Međunarodni aikido seminar, 23 - 25. maja 2008.
- ❖ VII Letnja aikido škola, 4 - 10. avgusta 2008.
- ❖ VIII Zimski aikido seminar, 27 - 28. decembra 2008.

**sve informacije na: [www.aiki.co.yu](http://www.aiki.co.yu)**



#### AK "ZEMUN"

SC "Barać", Zemun  
tel: 064 125.10.71  
aikikai@beotel.yu  
Saša Obradović 4<sup>o</sup>dan

#### AK "SHIN KEN"

"Hala Sportova", N.Beograd  
tel: 064 18.25.829  
shinken1@scNET.yu  
Novak Jerkov 4<sup>o</sup>dan  
Nebojša Oklobdžija 4<sup>o</sup>dan

#### AK "RONIN"

OŠ "Mladost", N.Beograd  
tel: 064 301.98.89  
rusics11c@yahoo.com  
Srđan Rusić 2<sup>o</sup>dan

#### AK "YAMATO-KAN"

KUD "Gradimir", Beograd  
064 124.1226  
yamatokan@gmail.com  
Edin Bečković 3<sup>o</sup>dan  
Predrag Tadić 2<sup>o</sup>dan

#### AK "KYOFU"

OŠ "Kralj Petar Prvi", Beograd  
063 868.888.3  
Aleksandar Nikolić 2<sup>o</sup>dan

#### AK "WAKIAI-KAN"

"Chartwell Scholl", Beograd  
ktsuda@EUnet.yu  
Kanoko Tsuda 1<sup>o</sup>kyu

#### AK "ARENA"

Fitness centar "D.D.", N. Beograd  
SC "Banjica", Beograd  
tel: 063 803.27.28  
oklobdzija@sbb.co.yu  
Nebojša Oklobdžija 4<sup>o</sup>dan

#### AK "I.K.E.D.A."

OŠ "Čele Kula", Niš  
tel: 064 13.09.225  
ikedaa@EUnet.yu  
Igor Strahinić 3<sup>o</sup>dan  
Dragan Antić 2<sup>o</sup>dan

#### AK "I.K.E.D.A. = "

Doljevac  
064 13.09.225  
ikedaa@EUnet.yu  
Dragan Antić 2<sup>o</sup>dan  
Srđan Đorđević 1<sup>o</sup>kyu

#### AK "I.K.E.D.A. ≡ "

Oblačina  
tel: 063.104.52.69  
igor\_s@EUnet.yu  
Igor Strahinić 2<sup>o</sup>dan  
Milan Bošković 1<sup>o</sup>dan

#### AK "I.K.E.D.A. 四 "

"Gimnazija", Kruševac  
064 13.09.225  
ikedaa@EUnet.yu  
Zoran Lukić 2<sup>o</sup>kyu

#### AK "BUDO"

Heroja Pinkija 2, Novi Sad  
063 77.81.895  
kula@neobee.net  
Duško Kulačin 1<sup>o</sup>kyu

#### AK "DAITOKAN"

OŠ "D. Obradović", Požarevac  
tel: 063 493.888  
daitokan@ptt.yu  
Aleksandar Punoš 1<sup>o</sup> dan

#### AK "SENSEI"

"Car Konstantin", Niš  
tel: 063 109.77.96  
sensei\_Taske@yahoo.com  
Ivan Tašić 1<sup>o</sup>dan