

合気会 セルビア

AIKIDO bilten

Aikido federacija Srbije - Aikikai Srbije

合気道

broj 8

godišnji bilten, februar 2009.



broj 8

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, Vlade Satarić

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:

“Sapient graphics”, Beograd

Broj 8
tiraž 500 kom.

februar 2009.

tel. za informacije:
064 125.10.71

aikikai@beotel.rs
www.aiki.rs

Sadržaj	3
Novosti 2008.	6
DOGAĐANJA 2008.	
Seminar u Kruševcu AK “IKEDA 4”	8
Seminar u Nišu AK “IKEDA”	8
Seminar u Nišu, AK “Sensei”	9
Seminar u Novom Sadu	9
VIII Međunarodni aikido seminar 2008.	10
Seminar u Požarevcu	12
V i VI seminar u Lukavcu, BIH	13
Seminar u Nišu, AK “Sensei”	14
Seminar u Nišu AK “IKEDA”	14
VIII Letnja aikido škola - Vrnjačka Banja 2008.	15
Ispit u Novom Sadu	17
Seminar u Požarevcu	17
VIII Zimska aikido škola 2008.	18
Polaganja za dan i kyu 2008.	20
Program za kyu polaganja	24
AIKIDO	
Intervju: “Kazuo Chiba sensei”	27
Iskreno vežbanje	34
Struktura “Shu”, “Ha”, “Ri” i prodiranje “Shoshina”	36
Aikido rečnik	40
Iz perspektive: “Žao mi je pokušaj ponovo”	42
UKUS BANZOVOG MAČA	
Kretanje tela i svesnost, ključ telesno duhovne energije	45
Umeće ljubavi	47
Bodidarma i kineske borilačke veštine	49
Manga strip	53

Aikikai Foundation
The Aikido World Headquarters

Hereby recognizes
The *Aikido Federation of Serbia*
(*Aikikai Serbia*)
as an official organization in

Serbia

established according to the rules and
regulations of the Aikido World Headquarters,
for instruction and training in the art of
Aikido
following the principles laid down by
the founder, Morihei Ueshiba.

To which we set our hand and seal

This 12th Day of January, A.D. 2009

植芝居央

Doshu Moriteru Ueshiba
Chairman Aikikai Foundation

*P*očetakom 2009. godine Aikido federacija Srbije - Aikikai Srbije dobila je Hombu Dojo Recognition. Ta često spominjana reč “rekongnišn” znači u prevodu i u ovom slučaju priznanje, a dodeljena je našoj organizaciji nakon osam godina od njenog osnivanja. Osim novih prava koja nam donosi ovoj dokument pokazuje i da Hombu dođo veruje da ćemo biti dostojni da i ubuduće širimo aikido veštinu u duhu i u skladu sa idejom njenog osnivača Moriheja Uešibe.

Treninzi, seminari, ispiti održavaće se kao i do sada, aikido časopis izlaziće počekom godine, Međunarodni seminar biće na proleće, Vrnjačka Banja u avgustu mesecu... Ispiti za dan, što do sada nije bila praksa, održavaće se dva puta godišnje i polagaće se pred ispitivačima naše federacije. To će zapravo biti mnogo veće iskušenje za nas nego za same kandidate.

Ostale promene doći će spontano, kao što ti se i dešava u životu dok si mlad i dok rasteš - a mi smo, iako u Srbiji postoji samo jedna aikido organizacija starija od nas, ipak jako mladi, tek nam je osam godina!

Olivero Jora

Novosti

iz aikidoa - kod nas i u svetu

Srpska aikido federacija



Za vikend, 15 i 16. marta 2008. održan je, u organizaciji SAF seminar sa Jođi Fudžimoto senseijem 7.dan. Bilo je zadovoljstvo videti nakon 13 godina svog majstora opet u Beogradu. Fuđimoto sensei je 19 godina bio tehnički direktor našeg, tada zajedničkog aikikaja, i činjenica da je ovom seminaru prisustvovalo skoro 400 učesnika govori o tome da je on, iako ga je većina po prvi put videla na ovom seminaru, bio sve to vreme prisutan među nama. Ove godine, 14. i 15. marta 2009. majstor Fuđimoto ponovo dolazi u Srbiju, ovaj put seminar se održava u Šabcu.

AK "RONIN"



Deset dana kasnije, 26. marta 2008. godine, AK "Ronin" je obeležio treću godinu rada embukaiem u prostorijama kluba. Bilo je i slavljeničke torte!

AK "KYOFU"

Dana 28. aprila 2008. u AK "Kyofu" održan je trening i prikaz aikidoa istim povodom, obeležena je treća godina od početka rada kluba.



Od septembra 2008. klub je nastavio sa radom na novoj adresi: u balonu FK "Brodarac" na Starom sajmištu, između Brankovog i Starog mosta na Novom Beogradu.

AIKIKAI SRBIJE



Sedmi Međunarodni seminar Aikido federacije Srbije održan je od 23. do 26. maja 2008. godine u Zemunu i vodio ga je **Gordon Džons** sensei 6.dan.

Sa majstorom je, kao gost iz UKA, bila i Louise Hunt 3.dan.

Na seminaru je održan ispit nakon koga smo dobili novih 4 prva dana i 5 Ni dana (2.dan) pojasa.

AIKIKAI SRBIJE

Početkom 2008. AK "Satori" iz Zaječara je pristupio Aikido federaciji Srbije. Nismo imali prilike da ih bolje upoznamo, klub više ne radi.

2008.

INTERNET

Od aprila meseca nova internet adresa sajta Aikido federacije Srbije je: www.aiki.rs. Do sajta ćete moći pristupiti i preko stare web adrese www.aiki.co.yu do gašenja svih yu domena 30. septembra 2009. godine.

AIKIKAI SRBIJE

Od 4. do 10. avgusta 2008. održana je "7. Letnja aikido škola" u Vrnjačkoj Banji u potpunosti posvećena štapu i maču u aikidou. Bilo je prisutno na seminaru oko 60 učesnika. Sadržaj ovog izuzetnog seminara zabeležen je na DVD koji je pripreman preko 3 meseca nakon ovog događaja!

23. internacionalna letnja aikido škola UKA



Krajem avgusta 2008. održana je 23. internacionalna letnja aikido škola UKA na kojoj je učestvovala i Ljilja Pelegrin 3.dan (na slici treća sa leve strane, bez brade :). Njene impresije sa ovog zanimljivog puta i seminara pogledajte na našem sajtu.

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

- ❖ Septembra 2008. AK "IKEDA" je proslavio 10 godina rada;
- ❖ oktobra 2008. AK "IKEDA 3" je iz Oblačine premešten u Niš;
- ❖ novi klub AK "IKEDA 5" iz Aleksinca počeo je sa radom.

Događanja 2008.

Aikido seminari
Polaganja
Embukai



Slika:

“VII letnja aikido škola” u Vrnjačkoj Banji od 4 - 10. avgusta 2008. god.

合氣道

Igor Strahinić 3.dan
Seminar u Kruševcu
 19. januar 2008.



Igor Strahinić 3.dan
Seminar u Nišu
 20. januar 2008.
 "IKEDA" Group



Saša Obradović 4.dan
Seminar u Nišu

3. februar 2008.

AK "Sensei"



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

9. februar 2008.

AK "Budo"



VII Međunarodni aikido seminar AFS

Gordon Jones 6.dan
23 - 26. maj 2008.
Zemun - Beograd



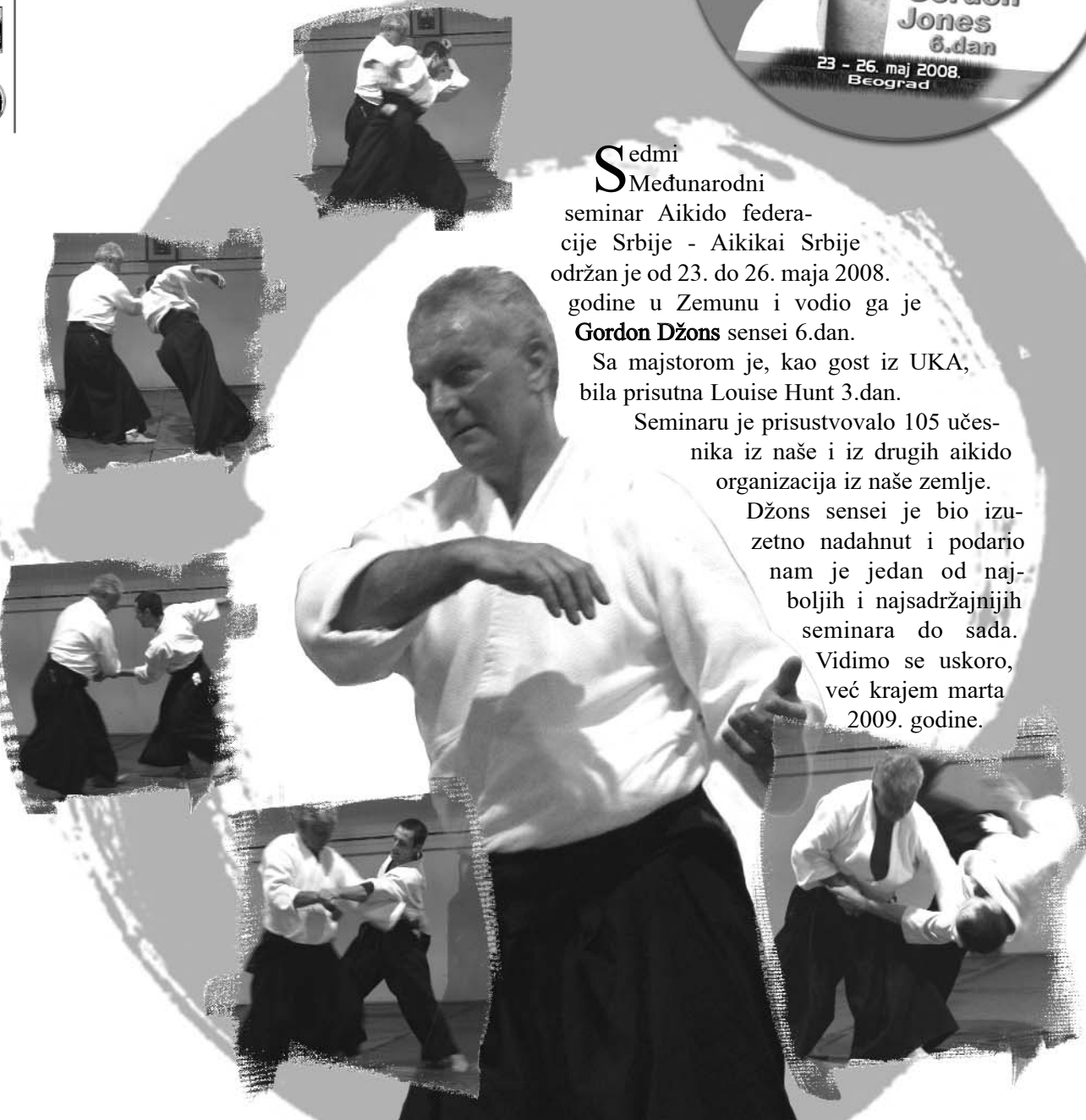
Sedmi Međunarodni seminar Aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije održan je od 23. do 26. maja 2008. godine u Zemunu i vodio ga je **Gordon Džons** sensei 6.dan.


Sa majstorom je, kao gost iz UKA, bila prisutna Louise Hunt 3.dan.

Seminaru je prisustvovalo 105 učesnika iz naše i iz drugih aikido organizacija iz naše zemlje.


Džons sensei je bio izuzetno nadahnut i podario nam je jedan od najboljih i najsadržajnijih seminara do sada.

Vidimo se uskoro, već krajem marta 2009. godine.





Veliki, i po sadržaju i po trajanju seminar je ostao iza nas. Osim treniranja, seminar je bio prilika za druženje sa starim prijateljima i za prisećanje na davne praistorijske aikido dane. Ono što se na ovim stranama ne vidi, slobodno vreme smo proveli u šetnjama po prelepom vremenu i poseti odabranim kulinar-skim destinacijama u Zemunu, Beogradu i Pančevu.



Nakon prepodnevnog treninga u nedelju, održan je ispit za dan pojaseve. Vanja Kaluđerović, Marko Petrović, Kanoko Tsuda, Tamara Drljević i Duško Kulačin su položili za Sho dan, Dejan Žikić, Milan Bošković, Ivan Tašić, Aleksandar Punoš i Ana Jovanović za Ni Dan. U duhu celog seminara i ovo je bio odličan ispit za dan.

Saša Obradović 4.dan Seminar u Požarevcu

30. mart 2008.
AK "Daitoakan"



Saša Obradović 4.dan V i VI Seminar u Lukavcu, BiH

30. maj – 1. jun 2008.
26 – 28. septembar 2008.

Od 30. maja do 1. juna 2008. godine održan je peti seminar u Lukavcu, BiH.

Vreme između treninga smo proveli u turističkim turama po okolini Tuzle, Srebreniku, Gradačcu, Ozrenu. U nedelju smo u Tuzli uzvratili posetu Ameli i posetili njenu plesnu školu.

Hvala Davidu na već uobičajenom gostoprimstvu, Dušku Kulačinu na iskrenoj podršci, Jasminu, Ameli, Azri i Melisi na prisustvu seminaru. Hvala i Denisu što nas je u nedelju fotografisao.





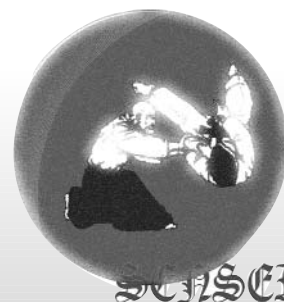
Od 26. do 28. septembra 2008. godine održan je šesti seminar u Lukavcu. Prijatno i sadržajno druženje trajalo je tri dana, Jasmin je položio za 5. kyu,

obišli smo Gračanicu i nismo dali da nam kiša pokvari raspoloženje! Hvala Katarini na podršci i na par stotina ukemija.



Saša Obradović 4.dan Seminar u Nišu

22. jun 2008.
AK "Sensei"



Tradicionalno, krajem juna meseca, održan je seminar u AK "Sensei" iz Niša.

Ukupno trideset učesnika, dobar ispit, vreo dan, mnogo sati vežbanja... Pravi haiku!

Igor Strahinić 3.dan Seminar u Kruševcu

22. jun 2008.

Održan je seminar i ispit za kyu u AK "IKEDA4" iz Kruševca.

Saša Obradović 4.dan Seminar u Nišu

28. jun 2008.

"IKEDA" Group



Šest dana kasnije, održan je seminar i u AK "IKEDA" iz Niša. Program seminara je bio sasvim drugačiji od seminara održanog nedelju dana ranije u istom gradu i ko je bio na prvom nikad neće saznati šta je rađeno na drugom, kao i obratno. Šteta i po jedne i po druge - oba seminara su činila celinu i nikad se neće ponoviti!

EOI DVD "Škola štapa i mača I"

- ❖ osnovni sekovi mačem i udarci štapom
- ❖ vežbe u paru mačem, kumitachi, sa varijantama
- ❖ vežbe u paru štapom, kumijo.

Ovim diskom su (iako se, da ne zaboravimo, aikido ne uči sa slika, filmova ili knjiga) stvoreni uslovi da broj poznavalaca forme svih gore pomenutih vežbi u organizaciji bude veći od dvoje, tačnije dvojice!



VII letnja aikido škola Vrnjačka Banja

4 - 10. avgusta 2008.
Saša Obradović 4.dan
Novak Jerkov 4.dan



“VII letnjoj aikido školi” u Vrnjačkoj Banji je prisustvovalo ove godine 58 učesnika.

Seminar je bio tematski i po prvi put su, tokom 16 sati treninga, obrađena kompletna osnovna škola štapa i mača.

Treninzi su se odvijali po uobičajenom rasporedu prepodne, a imali smo i dva popodnevna treninga u

prirodi. Ovih treninga se, kad pomislimo na letnji seminar, tokom cele godine obično svi prvo setimo.

Program seminara obuhvatio je: osnovne sekove sa mačem (suburije), šest osnovnih vežbi u paru (kumitačija) sa pripadajućim telesnim i varijantama mačem, osnovne napade i blokove štapom uz šest kumiđo vežbi u paru.

Zbog obimnosti svega pomenu- tog, svaki tening je, nakon početnog, imao i deo posvećen obnavljanju predhodno obrađenih vežbi.

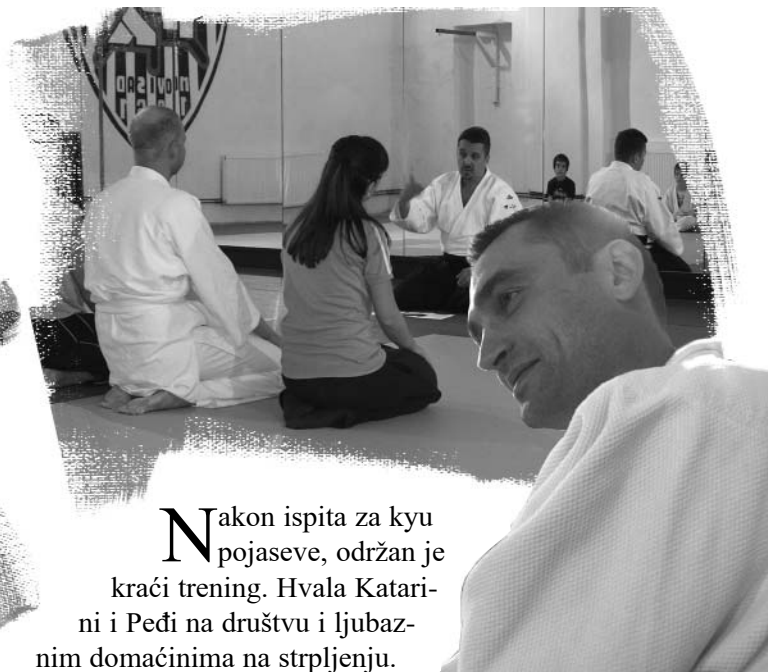
Ovaj kurs je obuhvatao tehnike koje je Morihej Uešiba godinama smatrao bitnim u podučavanju štapa i mača i želja nam je bila da se kroz njih i duh tih davnih dana oseti među nama.



Saša Obradović 4.dan Ispit u Novom Sadu

4. oktobar 2008.

AK "Budo"



Nakon ispita za kyu pojaseve, održan je kraći trening. Hvala Katarni i Peđi na društvu i ljubaznim domaćinima na strpljenju.



Saša Obradović 4.dan Seminar u Požarevcu

29. novembar 2008.

AK "Daitokan"



Saša Obradović 4.dan
Novak Jerkov 4.dan

VIII Zimska aikido škola

27 - 28. decembar 2008.



Kao što to biva krajem decembra, održan je i ove godine Zimski aikido seminar aikido federacije Srbije - Aikikai Srbije.

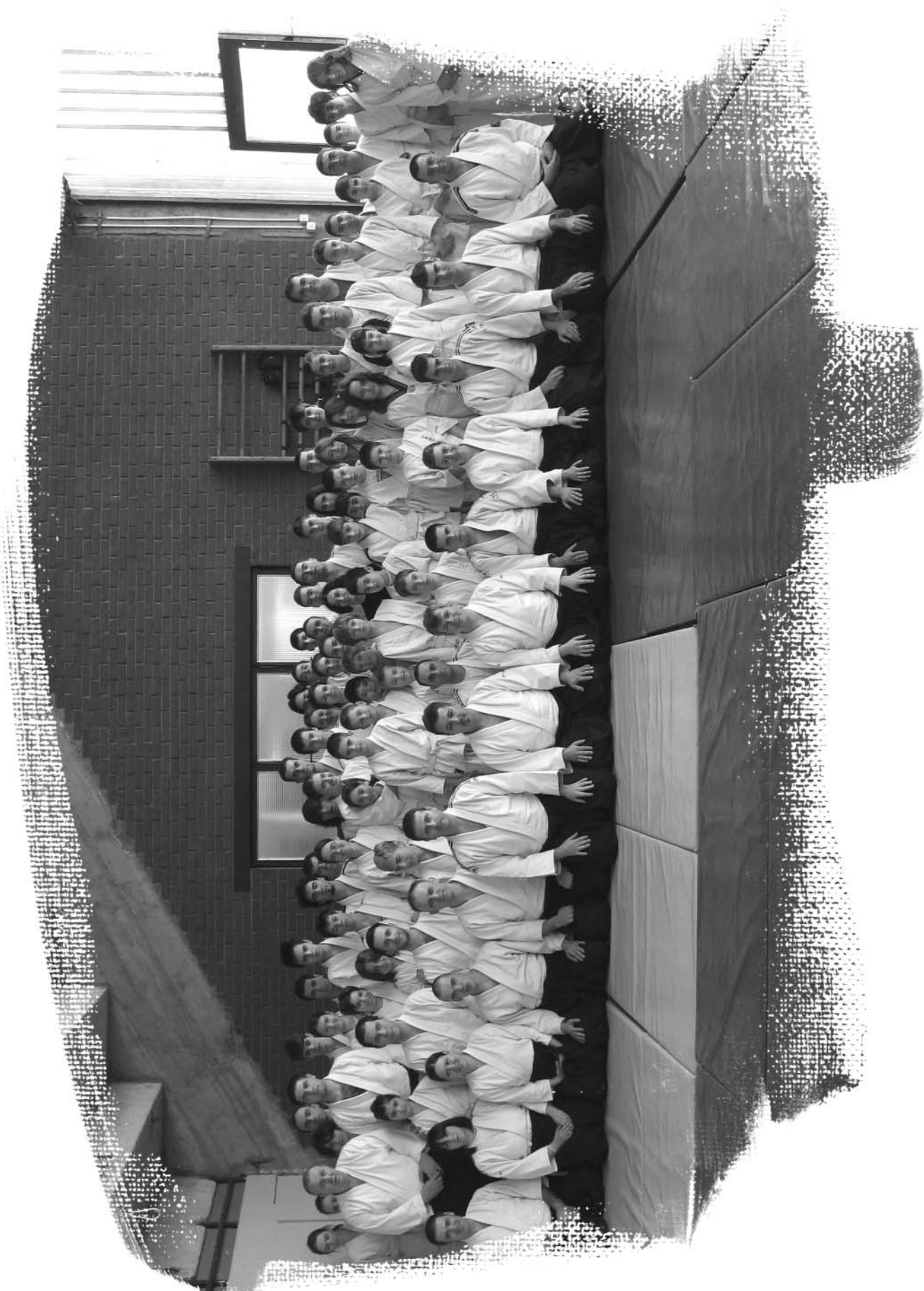
Treninge su, u tradicionalno hladnom prostoru, vodila u naslovu pomenuta korpulentna gospoda.

U nedelju je održan ispit za kyu pojaseve. Položilo je 38 kandidata uz prisustvo mnogobrojne znatiželjne publike.

Seminaru je prisustvovalo rekordnih 98 učesnika.

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

Sada već samo najstarijim članovima poznat, izvesni g. Čava se srećom nije pojavilo da primi svoju diplomu od pre tri godine - sigurno bi prizvao neku nesreću, po sebe ili po nas!





Polaganja za kyu i dan

2008.

u periodu od 1. januara 2008. do 31. decembra 2008. godine

2007. god.

NIŠ, 25/06/2007.*

**AK "SENSEI",
Saša Obradović**

Mihajlo Muškić	10 ^o KYU
Dušan Ščekić	10 ^o KYU
Kristina Mitić	9 ^o KYU
Đorđe Randelović	8 ^o KYU
Mila Muškić	8 ^o KYU
Marija Savić	8 ^o KYU
Nikola Nikolić	7 ^o KYU

Marija Rušitović	7 ^o KYU
Andrea Ivković	7 ^o KYU
Nikola Pejčić	6 ^o KYU
Aleksandar Randelović	6 ^o KYU
Nemanja Božanić	6 ^o KYU
Miloš Andrejević	6 ^o KYU
Ninoslav Nikolić	5 ^o KYU
Petar Radosavljević	5 ^o KYU
Nikola Josifović	5 ^o KYU
Ivana Josifović	5 ^o KYU

Stefan Stamenković	4 ^o KYU
Dejan Mirković	3 ^o KYU
Nemanja Marković	3 ^o KYU
Bratislava Pešić	3 ^o KYU
Ljubiša Ivković	3 ^o KYU
Stevan Paunović	2 ^o KYU
Milena Ćirić	2 ^o KYU
Petar Pešić	2 ^o KYU
Bojan Marković	1 ^o KYU

*izostavljen ispit u Biltenu 7, 2008.

2008. god.

KRUŠEVAC, 19/01/2008.

**AK "TKEDA 4",
Igor Strahinić**

Stefan Milovanović	10 ^o KYU
Ilija Marković	10 ^o KYU
Stefan Milovanović	9 ^o KYU
Ilija Marković	9 ^o KYU
Aleksa Ljubisavljević	9 ^o KYU
Nenad Anđelković	7 ^o KYU
Nikola Mihajlović	7 ^o KYU
Nikola Mihajlović	8 ^o KYU
Nikola Marković	6 ^o KYU
Zlatko Marković	6 ^o KYU
Stefana Milojević	6 ^o KYU
Jovana Purić	6 ^o KYU
Mladen Milosavljević	6 ^o KYU
Petar Petrović	6 ^o KYU
Nevena Petrović	6 ^o KYU
Zoran Milovanović	6 ^o KYU
Filip Jovanović	6 ^o KYU
Nikola Lukić	6 ^o KYU
Milan Panić	5 ^o KYU
Mladen Ristić	5 ^o KYU
Tijana Savić	5 ^o KYU
Aleksandar Mihajlović	4 ^o KYU
Dejan Pavlović	4 ^o KYU
Duško Dragutinović	4 ^o KYU
Miroslav Đorđević	4 ^o KYU

Ignjat Ristić	4 ^o KYU
Andrija Tomašević	3 ^o KYU

NIŠ, 20/01/2008.

**AK "TKEDA 3",
Igor Strahinić**

Vladimir Ristić	7 ^o KYU
Dušan Nikolić	6 ^o KYU
Veljko Savić	5 ^o KYU
Marko Nikolić	4 ^o KYU

NIŠ, 20/01/2008.

**AK "TKEDA 3",
Igor Strahinić**

Veljko Kostadinović	10 ^o KYU
Igor Kostadinović	10 ^o KYU

NIŠ, 20/01/2008.

**AK "TKEDA",
Igor Strahinić**

Marko Živković	10 ^o KYU
Dimitrije Petrović	10 ^o KYU
Nemanja Popović	10 ^o KYU
Dušan Simić	10 ^o KYU
Tomislav Radomirović	10 ^o KYU
Radivoje Lazić	10 ^o KYU
Anđela Grozdanović	9 ^o KYU
Maša Nešić	8 ^o KYU

Nenad Mladenović	8 ^o KYU
Anja Milićević	8 ^o KYU
Stefan Stanković	6 ^o KYU
Predrag Radovanović	6 ^o KYU
Ivan Stojanov	6 ^o KYU
Dimitrije Nešić	6 ^o KYU
Marko Milosavljević	6 ^o KYU
Nikola Brkić	4 ^o KYU
Milan Đorđević	3 ^o KYU
Aleksandar Marjanović	3 ^o KYU

NIŠ, 03/02/2008.

**AK "SENSEI",
Saša Obradović**

Dušan Ščekić	9 ^o KYU
Stefan Miljković	8 ^o KYU
Filip Boševski	7 ^o KYU
Dušan Gidić	7 ^o KYU
Miloš Grujić	7 ^o KYU
Milijana Tomić	6 ^o KYU
Nikola Nikolić	6 ^o KYU
Nikola Pejčić	5 ^o KYU
Aleksandar Randelović	5 ^o KYU
Ivana Josifović	4 ^o KYU
Nikola Josifović	4 ^o KYU
Ivan Bogdanović	3 ^o KYU
Miloš Živić	2 ^o KYU
Nikola Ivanović	1 ^o KYU

ZEMUN 24/02/2008.

**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Homajun Mobaraki	6 ^o KYU
Miroljub Manović	6 ^o KYU
Ivan Mrkić	6 ^o KYU
Dušan Dašić	6 ^o KYU
Damjan Dašić	6 ^o KYU
Miljana Dželetović	2 ^o KYU

BEOGRAD 27/02/2008.

**AK "KYOFU",
Saša Obradović**

Marko Vukojević	8 ^o KYU
Nataša Đermanović	6 ^o KYU
Ivana Milanović	6 ^o KYU
Siniša Antonić	6 ^o KYU
Aleksa Tutorić	6 ^o KYU
Ljubo Radić	4 ^o KYU
Marko Milovanović	4 ^o KYU

KRUŠEVAC, 22/03/2008.

**AK "IKEDA 4",
Igor Strahinić**

Stefan Milovanović	8 ^o KYU
Stefan Milovanović	7 ^o KYU
Tamara Jeremić	6 ^o KYU
Ivan Petrović	4 ^o KYU

NIŠ, 22/03/2008.

**AK "IKEDA 3",
Igor Strahinić**

Vladimir Ristić	6 ^o KYU
-----------------	--------------------

NIŠ, 22/03/2008.

**AK "IKEDA 2",
Igor Strahinić**

Igor Kostadinović	9 ^o KYU
Veljko Kostadinović	9 ^o KYU

NIŠ, 22/03/2008.

**AK "IKEDA",
Igor Strahinić**

Radivoje Lazić	9 ^o KYU
Tomislav Radomirović	9 ^o KYU
Nemanja Popović	9 ^o KYU
Dimitrije Petrović	9 ^o KYU
Marko Živković	9 ^o KYU
Nenad Mladenović	7 ^o KYU
Maša Nešić	7 ^o KYU
Anja Miličević	7 ^o KYU
Nikola Rangelov	7 ^o KYU
Desimir Đorđević	5 ^o KYU
Đorđe Voštić	5 ^o KYU

POŽAREVAC 30/03/2008.

**AK "DAITOKAN",
Saša Obradović**

Marko Milenković	6 ^o KYU
Pavle Vujisić	2 ^o KYU
Vladan Veljković	1 ^o KYU

BEOGRAD 17/12/2007.

**AK "ARENA",
Nebojša Oklobdžija**

Dragan Dobrijević	11 ^o KYU
Luka Karalić	11 ^o KYU
Tanasije Cakić	11 ^o KYU
Aleksa Lazarević	11 ^o KYU
Đorđe Ostojić	11 ^o KYU
Aleksandar Đenić	10 ^o KYU
Nikola Ostojić	10 ^o KYU
Đorđe Grubišić	10 ^o KYU
Vladimir Savić	10 ^o KYU
Zorica Jovičić	9 ^o KYU
Ana Milivojević	9 ^o KYU
Stevan Abramović	6 ^o KYU
Miloš Živadinović	5 ^o KYU

BEOGRAD 07/04/2008.

**AK "RONIN",
Saša Obradović**

Bogdan Lazović	9 ^o KYU
Nikola Stanković	8 ^o KYU
Marko Vujinović	8 ^o KYU
Aleksa Maljević	8 ^o KYU
Zoran Aleksić	6 ^o KYU
Sanja Kljaić	6 ^o KYU
Miroslav Davidović	5 ^o KYU
Una Kovačević	5 ^o KYU
Milan Kljajić	4 ^o KYU
Staša Ratković	4 ^o KYU
Goran Todorović	2 ^o KYU

ZEMUN 17/04/2008.

**AK "WAKIAI-KAN",
Saša Obradović**

Eleanor Bainbridge	6 ^o KYU
--------------------	--------------------

BEOGRAD 15/04/2008.

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

Igor Veljanovski	6 ^o KYU
Omar Mahmoud	6 ^o KYU
Aleksandar Vekić	5 ^o KYU
Aleksandar Vojkić	4 ^o KYU
Danilo Grbović	4 ^o KYU
Luka Grbović	4 ^o KYU

BEOGRAD 26/04/2008.

**AK "YAMATO-KAN",
Saša Obradović**

Nikola Sretenović	6 ^o KYU
Erika Mihajlovski	6 ^o KYU
Boris Bogosavljević	6 ^o KYU
Julia Zakia Orlandi	6 ^o KYU
Guilherme Martins	6 ^o KYU
Vuk Mikalački	5 ^o KYU
Nikola Teofilović	5 ^o KYU
Darko Demić	5 ^o KYU

ZEMUN 11/05/2008.

**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Lazar Petrović	10 ^o KYU
Nemanja Trifunović	9 ^o KYU
Mihajlo Kvočka	9 ^o KYU
Ivan Gavrilović	9 ^o KYU
Luka Marković	9 ^o KYU
Nenad Jašari Aleksić	9 ^o KYU
Nataša Sretenović	7 ^o KYU
Nikola Nešković	7 ^o KYU
Dragana Jović	7 ^o KYU
Đorđe Pucar	7 ^o KYU
Filip Stojanović	6 ^o KYU
Luka Grozdanić	6 ^o KYU
Milan Mijailović	6 ^o KYU
Milica Sužuk	4 ^o KYU
Bojana Ivanović	4 ^o KYU

ZEMUN, 25/05/2008.

**MEĐUNARODNI
SEMINAR**

Gordon Jones

Vanja Kaluderović	1 ^o DAN
Marko Petrović	1 ^o DAN
Kanoko Tsuda	1 ^o DAN
Tamara Drljević	1 ^o DAN
Duško Kulačin	1 ^o DAN
Dejan Žikić	2 ^o DAN
Milan Bošković	2 ^o DAN
Ivan Tašić	2 ^o DAN
Aleksandar Punoš	2 ^o DAN
Ana Jovanović	2 ^o DAN

LUKAVAC, BiH
01/06/2008.

**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Jasmin Maličbegović	6 ^o KYU
---------------------	--------------------

ispiti 2008.

BEOGRAD 18/06/2008.

**AK "RONIN",
Saša Obradović**

Aleksa Lišanin	7 ^o KYU
Nenad Grulović	6 ^o KYU
Igor Popović	6 ^o KYU
Marija Vujinović	6 ^o KYU
Filip Kažić	6 ^o KYU
Ana Španović	6 ^o KYU
Kristina Jovana Sakić	6 ^o KYU
Pavle Sakić	6 ^o KYU
Dušan Radović	5 ^o KYU
Marko Radović	5 ^o KYU
Aleksandar Arslanovski	4 ^o KYU
Miloš Krsmanović	3 ^o KYU

BEOGRAD 19/06/2008.

**AK "YAMATO-KAN",
Saša Obradović**

Miloš Šibljaković	6 ^o KYU
Dejan Kuprešanin	6 ^o KYU

NIŠ, 22/06/2008.

**AK "SENSEI",
Saša Obradović**

Dušan Ščekić	8 ^o KYU
Stefan Miljković	7 ^o KYU
Filip Boševski	6 ^o KYU
Dušan Gidić	6 ^o KYU
Marija Rušitović	6 ^o KYU
Marko Tanić	6 ^o KYU
Milijana Tomić	5 ^o KYU
Nikola Nikolić	5 ^o KYU
Miloš Andrejević	5 ^o KYU
Aleksandar Ranđelović	4 ^o KYU
Nikola Josifović	3 ^o KYU
Ivana Josifović	3 ^o KYU
Bratislava Pešić	2 ^o KYU
Dejan Mirković	2 ^o KYU
Nemanja Marković	2 ^o KYU
Petar Pešić	1 ^o KYU

KRUŠEVAC, 22/06/2008.

**AK "IKEDA 4",
Igor Strahinić**

Aleksa Ljubisavljević	8 ^o KYU
Stefan Milovanović	6 ^o KYU
Nevena Pešterac	6 ^o KYU
Janko Milanović	6 ^o KYU
Nikola Milojević	6 ^o KYU
Miloš Milojević	6 ^o KYU
Zoran Milovanović	5 ^o KYU
Jovana Purić	5 ^o KYU
Stefana Milojević	5 ^o KYU
Nevena Petrović	5 ^o KYU
Milan Panić	4 ^o KYU
Tijana Savić	4 ^o KYU

Duško Dragutinović	3 ^o KYU
Ignjat Ristić	3 ^o KYU
Miroslav Đorđević	3 ^o KYU
Ivan Petrović	3 ^o KYU
Dejan Pavlović	3 ^o KYU

BEOGRAD 23/06/2008.

**AK "ARENA",
Nebojša Oklobdžija**

Aleksa Mišković	10 ^o KYU
Aleksa Lazarević	10 ^o KYU
Tanasije Cakić	10 ^o KYU
Aleksandar Đenić	9 ^o KYU
Zorica Jovičić	8 ^o KYU
Aleksandar Petrović	7 ^o KYU
Dušan Jelkić	7 ^o KYU
Bogdan Nikšić	6 ^o KYU
Aleksandra Jovičić	5 ^o KYU
Dragan Pajić	5 ^o KYU
Alen Guša	5 ^o KYU
Andrijana Jeftić	4 ^o KYU
Marija Petrović	3 ^o KYU

BEOGRAD 26/06/2008.

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

Mića Mijatović	5 ^o KYU
Predrag Popović	5 ^o KYU
Marko Tatomirović	4 ^o KYU
Karadorđe Grujić	3 ^o KYU
Marko Krsmanović	2 ^o KYU

NIŠ, 28/06/2008.

**AK "IKEDA4",
Saša Obradović**

Milan Dimitrijević	2 ^o KYU
Mladen Tomašević	2 ^o KYU
Milan Milanović	2 ^o KYU
Nemanja Nikolić	2 ^o KYU

NIŠ, 28/06/2008.

**AK "IKEDA2",
Igor Strahinić**

Igor Kostadinović	8 ^o KYU
Veljko Kostadinović	8 ^o KYU
Dušan Veljković	4 ^o KYU
Danilo Simić	3 ^o KYU

NIŠ, 28/06/2008.

**AK "IKEDA2",
Saša Obradović**

Zoran Veljković	2 ^o KYU
-----------------	--------------------

NIŠ, 28/06/2008.

**AK "IKEDA",
Igor Strahinić**

Jovan Žikić	10 ^o KYU
-------------	---------------------

Petar Šćepihin	10 ^o KYU
Marko Živković	8 ^o KYU
Anđela Grozdanović	8 ^o KYU
Dimitrije Petrović	8 ^o KYU
Nemanja Popović	8 ^o KYU
Radivoje Lazić	8 ^o KYU
Maša Nešić	6 ^o KYU
Nenad Mitrović	6 ^o KYU
Nemanja Vasilevski	6 ^o KYU
Mladen Jovanović	6 ^o KYU
Anja Milićević	6 ^o KYU
Nenad Mladenović	6 ^o KYU
Dimitrije Nešić	5 ^o KYU
Marko Milosavljević	5 ^o KYU
Predrag Radovanović	5 ^o KYU
Ivan Stojanov	5 ^o KYU
Nemanja Nikolić	4 ^o KYU
Nikola Milovanović	3 ^o KYU
Nikola Brkić	3 ^o KYU

ZEMUN 29/06/2008.

**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Dušan Dašić	5 ^o KYU
David Dašić	5 ^o KYU
Mira Rosnić	5 ^o KYU
Kosta Radović	3 ^o KYU
Dominik Hršak	3 ^o KYU

ZEMUN 29/06/2008.

**AK "YAMATO-KAN",
Saša Obradović**

Petar Mitrović	6 ^o KYU
----------------	--------------------

LUKAVAC, BiH 26/09/2008.

**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Jasmin Maličbegović	5 ^o KYU
---------------------	--------------------

NOVI SAD 04/10/2008.

**AK "BUDO",
Saša Obradović**

Strahinja Ravić	10 ^o KYU
Alexander Galonja - Coghil	8 ^o KYU
Aleksandar Radulović	8 ^o KYU
Anja Obradov	7 ^o KYU
Miloš Josifović	7 ^o KYU
Gordan Jovanović	7 ^o KYU
Milica Stanojević	7 ^o KYU
Kristijan Vencel	6 ^o KYU
Alen Šoti	6 ^o KYU
Dušan Jocić	5 ^o KYU
Emilija Jocić	5 ^o KYU
Vladimir Veskov	4 ^o KYU
Vladimir Živanović	4 ^o KYU

ispiti 2008.

Tabela dole
Zbirni rezultati ispita od 2000. do 2008. god.

	2000		2001		2002		2003		2004		2005		2006		2007		2008	
	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu	ispita	kyu
1."Zemun"	3	25	2	22	4	42	4	41	5	44	5	66	5	44	7	43	7	51
2."Shin Ken"	4	23	2	16	3	50	3	25	3	32	2	19	3	18	4	21	3	18
3."IKEDA"	2	29	4	60	2	42	3	32	4	78	3	65	3	44	3	37	3	50
4."Taurunum"	-	-	-	-	1	1	1	7	2	8	-	-	-	-	-	-	-	-
5."Daitokan"	-	-	0	0	3	23	1	3	3	11	3	21	2	14	2	9	2	6
6."Ronin"	-	-	-	-	1	2	1	1	0	0	3	28	4	65	4	55	3	31
7."Arena"	-	-	-	-	0	0	4	17	1	9	3	49	2	27	3	35	3	42
8."Sensei"	-	-	-	-	-	-	-	-	4	61	3	49	3	56	2	42	2	31
9."TenShin"	-	-	-	-	-	-	-	-	3	27	3	34	-	-	-	-	-	-
10."Katana"	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	7	-	-	-	-	-	-
11."IKEDA 2"	-	-	-	-	-	-	-	-	1	7	3	18	2	10	2	2	3	9
12."IKEDA 3"	-	-	-	-	-	-	-	-	1	10	3	22	1	11	3	25	2	6
13."IKEDA 4"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	26	4	3	4	47	4	53
14."Yamatokan"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	7	4	4	3	11	4	15
15."Kyofu"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	23	3	21	3	20	2	14
16."Wakiaikan"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	1	7	1	6	1	1
17."Budo"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	12	3	30	2	26	1	14
18."Satori"	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0
Ukupno:	13	135	11	145	13	170	17	126	29	291	42	432	41	400	44	382	42	303

ZEMUN 23/11/2008.
**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Luka Dačović	9 ^o KYU
Lazar Milanov	9 ^o KYU
Stefan Katić	8 ^o KYU
Dejan Medaković	8 ^o KYU
Aleksandar Medaković	8 ^o KYU
Nataša Gajić	6 ^o KYU

POŽAREVAC 29/11/2008.
**AK "DAITOKAN",
Saša Obradović**

Darko Trbanos	6 ^o KYU
Aleksandar Jovanović	2 ^o KYU

ZEMUN 28/12/2008.
**ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
AK "SHIN KEN",
Novak Jerkov**

Vitalij Vosceatinski	6 ^o KYU
Ivan Ivanov	6 ^o KYU
Nikola Đukić	6 ^o KYU
Emilija Obradović	6 ^o KYU
Viktor Sandalj	4 ^o KYU

ZEMUN 28/12/2008.
**ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
AK "RONIN",
Saša Obradović**

Dimitrije Marković	7 ^o KYU
Aleksandar Čolić	7 ^o KYU
Zorana Radivojević	7 ^o KYU
Milan Uhrin	6 ^o KYU
Aleksandar Čolić	6 ^o KYU

Jelena Stanišić

Milan Čović

Anja Čović

Marko Vukojević

Velimir Nenadić

Vuk Milić

Marijeta Milovanović

Ivana Milanović

Nataša Đermanović

Vuk Radenković

ZEMUN 28/12/2008.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
**AK "KYOFU",
Saša Obradović**

Marko Vukojević

Velimir Nenadić

Vuk Milić

Marijeta Milovanović

Ivana Milanović

Nataša Đermanović

Vuk Radenković

Zoran Lukić

ZEMUN 28/12/2008.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
**AK "YAMATO-KAN",
Saša Obradović**

Dušan Budimir

Petar Mitrović

Nikola Teofilović

ZEMUN 28/12/2008.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Mihajlo Kvočka

ZEMUN 28/12/2008.

ZIMSKA AIKIDO ŠKOLA
**AK "ZEMUN",
Saša Obradović**

Mihajlo Kvočka

 4^o KYU

 4^o KYU

 4^o KYU

 7^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 5^o KYU

 5^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 7^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 1^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 4^o KYU

 2^o KYU

 8^o KYU

Luka Marković

Nikola Nešković

Nataša Sretenović

Nemanja Ungurović

Dragana Jović

Milan Milošević

Luka Grozdanić

Milan Milovanović

Nikola Aleksić

Ivana Cenerić

Jelena Šeša

Marinko Stanković

Mihajlo Kulić

BEOGRAD 29/12/2008.

**AK "ARENA",
Nebojša Oklobdžija**

Todor Stanković

Aleksa Đorđević

Luka Vučinić

Marko Vučinić

Željko Antić

Marko Ilić

Aleksandar Đenić

Zorica Jovičić

Stefan Mihajlović

Aleksandar Petrović

Saša Jakšić

Filip Gaev

Bogdan Nikšić

Jelena Trifunović

Alen Guša

Aleksandra Jovičić

Vasilije Kićović

 8^o KYU

 12^o KYU

 12^o KYU

 10^o KYU

 10^o KYU

 10^o KYU

 10^o KYU

 8^o KYU

 6^o KYU

 6^o KYU

 6^o KYU

 5^o KYU

 4^o KYU

 4^o KYU

 2^o KYU

6.kyu

uslov: 30 treninga

Tachiwaza: UKEMI (padovi), TAISABAKI (kretanja)

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

5.kyu

uslov: 60 treninga

Tachiwaza: SHIKKO (kretanje na kolenima)

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

Suwarlwaza:

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

4.kyu

uslov: 1 seminar i 70 treninga

Tachiwaza:

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

Suwarlwaza:

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

3.kyu

uslov: 1 seminar i 70 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	

Ushirwaza:

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 100 treninga

Tachiwaza:

Sho menuchi:	Jiyuwaza	
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:	Koshinage	
Munetori:	Ikkyo	omote i ura
Munetori:	Sankyo	omote i ura
Munetori:	Shihonage	
Jodantsuki:	Nikyo	omote i ura
Jodantsuki:	Sankyo	omote i ura

Ushirwaza:

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 140 treninga

Tachiwaza:

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

Ushirwaza:

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

Suwarlwaza:

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

Hanmihantachiwaza:

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

Osnove štapa (do) i mača (boken)

Program za kyu pojaseve

Vremenski uslov između ispita nije striktno definisan. Pored datih uslova, neophodna je i saglasnost trenera.

Aikido

Tehnike
Razmišljanja
Tekstovi
Intervjui

合氣道





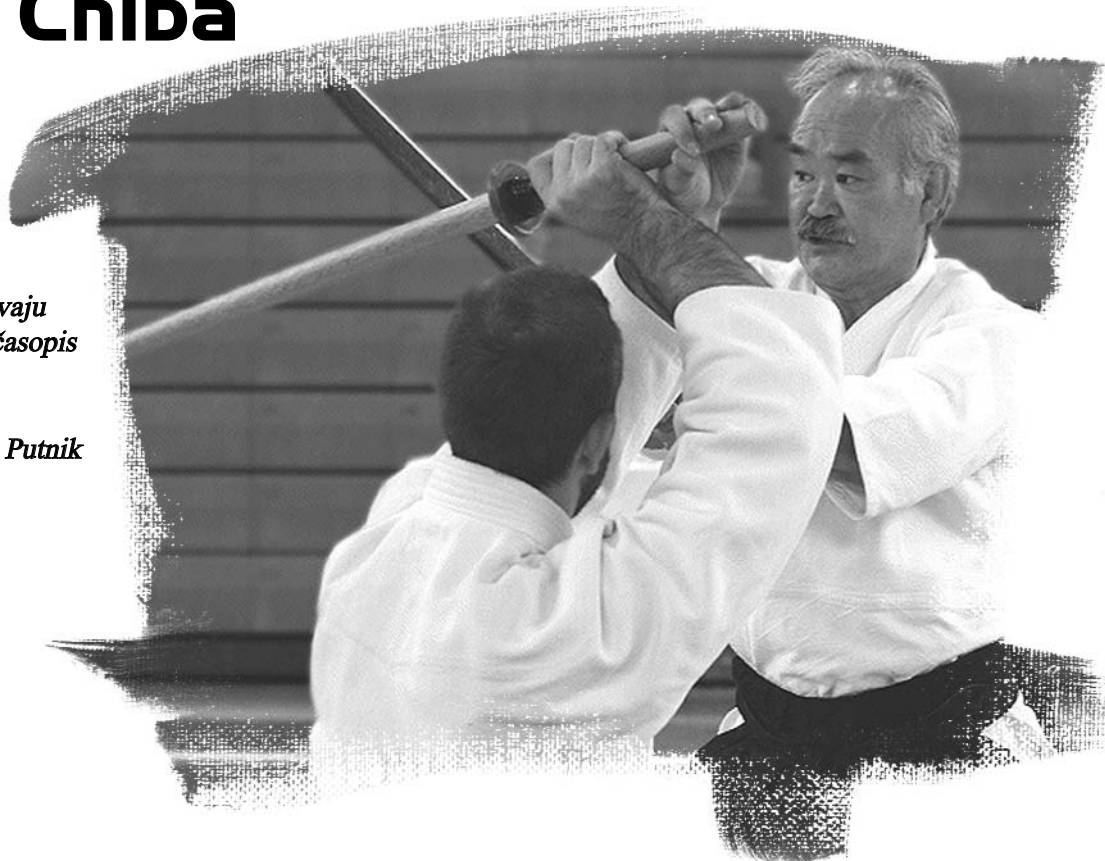
Slika:

Yoji Fujimoto, Hombu Dojo Shihan 7.dan, Beograd, 2008.

Intervju: Kazuo Chiba Sensei

*Arthur Lockyear
Sva prava zadržavaju
autor intervjuja i časopis
„Fighting Arts“*

Preveo: Branimir Putnik



Sensei, ispričajte, molim Vas, kako ste počeli da učite aikido?

Bio sam veoma zainteresovan za borilačke veštine još od malih nogu i vrlo rano sam odlučio da ozbiljno treniram bar jednu od njih. Počeo sam sa džudom i trenirao četiri godine. Onda sam prešao na karate.

Verujem da ste trenirali u direkciji Šotokan organizacije: kakvi su tamo bili treninzi?

Zaista sam voleo te treninge, osećao se na njima snažan duh, bili su zaista dobri i puno sam ih voleo. Nakajama sensei je bio glavni instruktor, ali sam video i Učitelja Gicin Funakošija, u mnogim prilikama. Pridružio sam se Japan-

skoj karate asocijaciji godinu dana pre smrti Učitelja Funakošija. Sećam se da je održana velika ceremonija da bi se obeležio njegov odlazak.

Da li je bilo ko od sadašnjih šotokan majstora bio tada tamo?

Da: Nišijama sensei, Okazaki sensei, Kanazava sensei. Kanazava sensei je tada imao 1.kyu stepen, ili možda 1.dan, nisam siguran. Asano sensei je tada imao 3.kyu, a tu je bio i Kase sensei.

Je li vas nešto posebno okrenulo aikidou?

Pa... Kada sam imao 1.kyu (pojas ispod crnog pojasa) u džudou učestvovao sam na jednom



takmičenju i desilo se da sam bio izvučen da se takmičim protiv momka iz mog dođoa koji je imao, mislim, 2.dan. Pobedio sam ga, i on je posle toga došao k meni rekavši: „Porazio si moj džudo, ali još uvek imam kendo.“ Izazvao me je. Izašli smo napolje. Meni je dao boken, a on je uzeo kendo shinai (mač za vežbanje od bambusa). Kada smo počeli, nisam mogao ni da ga dodirnem... ni jedan jedini put! Isprašio me je, da sam bio sav modar i plav. Posle toga sam se duboko zamislio o značenju Budoa. Želeo sam borilačku veštinu koja bi bila efikasna u svakoj situaciji, bilo da protivnik ima oružje ili ne. Tako sam konačno odlučio da postanem student Učitelja Uešiba – tvorca aikidoa. Otišao sam pravo u Hombu, ali nisam imao pismo preporuke, koje je tada bilo neophodno. Stigao sam u Hombu i zamolio za prijem kod O Senseija. Rečeno mi je da on nije tu i da treba da odem. Bio sam čvrsto odlučio da postanem student O Senseija pa sam rešio da čekam njegov povratak. Seo sam u baštu ispred dođoa i čekao. Krajem trećeg dana, kada se O Sensei vratio, rečeno mu je da je tu neki ludi dečak koji želi da ga vidi. O Sensei je rekao da me uvedu. Dovedi su me do samog ulaza u njegovu sobu i rekli da čekam. Kada su se vrata otvorila, tamo je bio Učitelj Uešiba. Oči su nam se srele po prvi put – to je trenutak koji nikada neću zaboraviti! Nisam znao šta da radim, pa sam se samo naklonio što sam dublje mogao. O Sensei mi je rekao: „Borilačke veštine su vrlo teške, možeš li to da izdržiš?“

Rekao sam samo: „Da, sensei.“ Eto, tako me je Učitelj Uešiba prihvatilo kao svog uchideshija.

Da li ste odmah počeli sa aikido treningom?

Ne, nije mi bilo dozvoljeno da odmah treniram. Morao sam da čistim dođo i sve druge sobe u Hombou, ali i da perem, čistim, kupujem, obavljam administrativne poslove i vodim računa o Učiteljevoj porodici. Morao sam, takođe, da radim u polju. Konačno mi je dopušteno da, prvo, posmatram treninge i, onda, nakon izvesnog vremena, da treniram. U početku me niko nije podučavao, morao sam da učim sam. Na sreću, već sam znao da uradim ukemi, tako da sam ostao čitav. Odlučio sam da uložim sve svoje napore da budem dobar uchideshi O Senseiju i da naučim od njega sve što mogu. To je bilo najbolje vreme u mom životu! Sećam se da se prisustvo O Senseija uvek snažno osećalo... Vladala bi neka sasvim posebna atmosfera kada bi on bio u blizini. To je izbijalo iz njegovog fizičkog stava – način na koji je sedeo, hodao, način na koji se kretao bio je predivan... Ni jedan jedini put nisam video u njegovom stavu nikakvo otvaranje. Njegove su oči bile gotovo zlatne, ni nalik na uobičajeno crne oči Japanaca.

Kao uchideshiju, vreme Vam je sigurno bilo rigorozno organizovano?

U izvesnom smislu, to je bilo kao na bojnopolju. Ustajali smo svakog jutra vrlo rano da bismo trenirali i radili, a mnoge noći

morao sam da provodim budan da bih sačekao Vaka (Waka) senseija (O Senseijevog sina, Kišomarua, prvog Došua) da se vrati iz kancelarije, s posla. To je bilo toliko naporno da sam mnogo puta bio na ivici nervnog sloma. Priviđale su mi se čudne stvari: svake noći posećivao me je duh. Nisam znao da li je to čovek ili žena. U to vreme nisam znao koliko sam bi oblizu nervnog slo-ma, ali sada, naravno, to vidim. Pre nego što bih zaspao, svake noći bi duh dolazio, bilo je zaista zastrašujuće. Mogao sam da osetim njegovo prisustvo. Onda odjednom kao da je postao celu tonu težak, seo bi na mene tako da nisam mogao da se pomerim. Na kraju sam našao rešenje za to. Nosio sam svoj bokken u krevet i čvrsto ga stegao čim bih osetio prisustvo duha... tada je bilo ok. Mislim da je to bila posledica iscrpljenosti.

Pre mnogo godina ispričali ste mi o svom prvom susretu sa Tamura senseijem. Možete li to da ponovite za čitaoce „Fighting Arts“?

Pa, bilo je to jednog dana posle časa, dok su neki učenici vežbali džudo randori na strunjačama. Stajao sam u hodniku i gledao, kad me je jedan od njih pozvao da se pridružim, što sam i uradio. Iznenadio sam se što su bili tako slabi, stalno sam obarao jednog čoveka koji je imao 3.dan i u džudou i u aikidou. Tad me je učitelj Tamura sensei pozvao da vežbam sa njim. Bum, Tamura sensei me je snažno udario u stomak. Puno sam naučio iz toga, to je bila dobra lekcija iz opreznosti, distance i stava. Verujem da je Tamura sensei bio jedan

od najboljih učenika O Senseija. Puno sam naučio od njega u prošlosti.

Želite li da pričate o još nekome... Možda o Saito senseiju?

Da, on je bio veliki majstor. Svaki put kada je dolazio u SAD, zvao bih ga da podučava u mom dođu. Saito sensei je bio specijalni učenik O Senseija. Ostao je sa njim posle rata, da brine o njemu i imanju u Ivami. Video sam kakvu je odgovornost preuzeo, i to niko osim njega nije mogao tako dobro da radi. Zaista cenim rad Saito senseija.

A Došu, naslednik O Senseija?

Kišomaru Uešiba sensei je učitelj koji je direktno odgovoran za moj trening. O Sensei se već bio povukao u Ivamu i samo bi ponekad dolazio u Hombu dođu. Rast i razvoj aikidoa posle rata delo je Došuovog napornog rada. Njegov aikido je veoma lep.

A Koiči Tohei, Učitelj Ki udruženja?

Da, Tohei sensei je vrlo dobar. Mali je, ali veoma moćan. Gledao sam ga jednom kako se bori protiv jednog rvača.

Sumotori ili Zapadni stil?

Zapadni stil. Dva brata – Nemci, mislim da su bili iz Argentine – i bili su ogromni! Morali su da se sagnu da ne bi udarili glavom u dovrtak kapije na ulazu u Hombu. To je bio jedini put da je O Sensei prihvatio izazov upućen Hombu dođu. Ti ljudi su putovali svetom sa ekipom snimatelja i izazivali

različite majstore borilačkih veština. Bili su u Kodokanu (direkcija džudoa) ali džudisti nisu mogli da se nose sa njima. Onda su izazvali Aikido Hombu dođu. Kada su stigli, ja sam ih dočekao i uveo. U dođu su bili O Sensei, Kišomaru sensei i Tohei sensei, koji je tada bio glavni instruktor Aikido federacije. O Sensei je odlučio da prvo ide Tohei, jer je bio tako snažan. Rvač je čučnuo u niski stav, ispruživši ruke ispred sebe i samo kružio oko Tohei senseija, dugo. Tohei je bio vrlo opušten, samo je pratio njegovo kretanje i konačno ga saterao u ugao. U trenutku kada je rvač krenuo napred, Tohei sensei je skočio na njega, bacio ga na pod i odbio njegovu glavu. Zatim ga je prikovao za zemlju svojom tehnikom fiksacije bridom dlana, koja je, kao što ste možda čuli, veoma moćna. Čovek nije mogao da se pomeri, a njegov brat je odbio da i sam iskuša Toheija i tako se to završilo. Očigledno, u Kodokanu su ih džudisti savetovali da ne izazivaju aikido majstore. Zato je tako dugo kružio oko Toheija.

Sa takvim prijateljima, kome su potrebni neprijatelji! Kad već pričamo o izazovima, možete li mi ispričati o Vašem sukobu sa g. Vangom (Wang), majstorom Tai Či Čuana iz Kine?

Ko Vam je o tome pričao... Možda g. Kotije (Cottier)?

Možda je bolje da ne kažem...

(Smeh) U redu. Bio sam na velikoj demonstraciji borilačkih veština u Tokiju, ranih 60-tih, a Tai Či Čuan



je demonstrirao g. Vang. On je bio sa Tajvana, i bio je ogroman. Kasnije je postao vrlo poznat u Japanu. Na kraju svoje demonstracije, postrojio je ispred sebe karatiste, i svaki od njih ga je udario u stomak. To nije imalo nikakvog efekta na njega. Ja nisam bio impresioniran. Ja bih uradio nešto drugo (sensei je demonstrirao udarac u prepone i u lice dok je ovo pričao). Bilo kako bilo, dva moja privatna učenika vežbala su i Tai Či kod g. Vanga i bili su njime impresionirani. Pozvali su me da idem s njima i upoznam ga. Konačno sam prihvatio i otišao da gledam čas. Moji studenti su nas upoznali i on me je ljubazno zamolio da pokažem malo aikidoa. Iako su njegove reči bile ljubazne, to je ipak bio izazov! Dakle, stali smo jedan naspram drugog i g. Vang je zauzeo neki položaj nalik na sumo, sa ispruženim rukama. Stajao sam i čekao otvaranje. To je potrajalo nekoliko minuta, dok on nije krenuo napred da me gurne. Presreo sam ga, uradio tai sabaki, zgrabio njegov zglob i izveo kote gaeshi... njegov zglob je jako krenuo. Iako sam snažno uradio kote gaeshi i

povredio ga, on nije pao. Učitelj Vang je zatim iščupao svoj zglob iz moje ruke i odmah me izazvao. Ovog puta me je udario obema rukama u stomak i bacio me prilično daleko preko sobe.

Međutim, ni ja nisam pao. Tada su moji studenti stali između nas i tako se sve završilo.

Kako je došlo do toga da Vas pošalju u Englesku?

1964. godine, kada su se Olimpijske igre održavale su se u Tokiju, poznati majstor džudoa, Kenširo Abe sensei (Kenshiro Abbe) došao je u Hombu da izrazi poštovanje O Senseiju. Zamolio je O Senseija da pošalje jednog mladog smelog instruktora u Englesku da širi aikido u okviru Britanskog džudo saveta. Trebalo je da idem u Njujork i pomažem Jamada (Yamada) senseiju, ali se O Sensei složio da me pošalje u Englesku.

Zašto ste prvo izabrali severoistočnu oblast?

Moj sponzor g. Logan bio je biznismen u Njukaslju, pa sam otišao u tu oblast. Međutim, tokom mog putovanja iz Japana, nešto se desilo sa Britanskim džudo savetom, pa nisu mogli da rade sa mnom. Tako je g. Logan morao da mi daje platu – bilo je to teško

vreme. Na severoistoku sam promovisao moje prve danove u Britaniji: g. Peta Batlera (Pat Butler), g. Freda Dženkinsa (Fred Jenkins) i g. Rona Majersa (Ron Myers).

Da, sensei, sva trojica su mi bili učitelji dugi niz godina, naročito g. Ron Majers. Na Vašem putu iz Japana desio se jedan incident?

Da, imali smo žurku na brodu kad smo prešli Ekvator, na kojoj su me zamolili da demonstriram aikido. Složio sam se, iako na palubi nije bilo nikoga sa iskustvom u aikidou ko bi mogao da mi bude partner.

Ili, ako je i bio, ćutao je!

(Smeh) Da, možda. Tako su zamolili jednog člana posade da mi asistira i napadne me nožem. U Hombu dođu, u vežbanju sa nožem, radili smo ubod tantom. Ali, taj momak se držao nisko i, krećući se oko mene, prebacivao nož iz jedne u drugu ruku. Ovo je bilo teško, jer kada napadne neću znati u kojoj će ruci biti nož. Kada me je napao, uradio sam gedan barai (niski blok) obema rukama i uspeo da odbijem njegov napad. Vrh njegovog noža je, u stvari, probio moj kaiš i samo mi dodirnuo meso. Uradio sam kontra-tehniku i slomio mu ruku.

Koja je tehnika bila u pitanju?

Katekatame (ude garami, prim. ured.), mislim.

Tehnike blokiranja kao što je gedan barai nisu uobičajene u aikidou. Uglavnom se brid šake koristi pri povlačenju...

Da, ali nije uvek moguće pomeriti

se, pa mislim da je neophodno umeti napraviti jak blok, ukoliko je potrebno.

Sećate li se svog poslednjeg susreta sa O Senseijem, pre nego što ste krenuli u Englesku?

Moj brat i ja smo putovali taksijem u Hombu dođo pre nego što smo krenuli na brod. Puno smo kasnili zbog saobraćaja u Tokiju, pa sam zakasnio u Hombu. To je bilo vrlo loše, jer su uchideshi studenti morali uvek biti spremni da prime svog učitelja i sretnu se sa njim. Uglavnom, kada sam stigao, O Sensei me je čekao, rekavši da je vrlo srećan što sam došao da se oprostim. Moj učitelj mi je spremio čaj, rekao mi je da sam se dobro brinuo o njemu tokom godina i poželeo mi sreću. Rekao mi je, takođe, da ne treba da brinem za njega, jer će doživeti 126. godinu.

Da li se to O Sensei šalio sa vama?

Ne, bio je vrlo ozbiljan. Zadao mi je koan (Zen zagonetka), koji tek sada razumem.

Sensei, 1976. vratili ste se u Japan. U stvari, ja sam poslednji shodan koji ste dali pre odlaska.

Da, zato sam se i vratio! (Smeh)

Kakva je bila situacija u Hombu kada ste se vratili?

Standard aikidoa je bio, naravno, dobar, ali se suviše stvari u Japanu promenilo, a to mi se nije dopadalo. Dobio sam posao Međunarodnog sekretara Hombu dođo a i time nisam bio zadovoljan. Administrativni rad tokom celog dana, bez vremena za vežbanje, to nije

bilo dobro za mene. Ja sam budoka, a ne pisar. Zato sam napustio Tokio i otišao da živim na selu. Bavio sam se zemljoradnjom i vežbao zazen (sedeća meditacija) neko vreme. Kasnije sam dobio poziv od Aikido federacije SAD da se preselim u San Dijego.

Možete li mi reći nešto o vašem iaido treningu?

Veoma volim iaido (veština izvlačenja mača). Zaista volim da držim katanu (najduži od samurajskih mačeva) i imam afinitet za japanske mačeve. Trenirao sam Muso Shinden Ryu, koji osnovao sredinom XX veka Nakayama Hakudo sensei. O Sensei je imao vrlo dobar odnos sa Hakudom. Njegovi studenti su vežbali u Kobukanu.

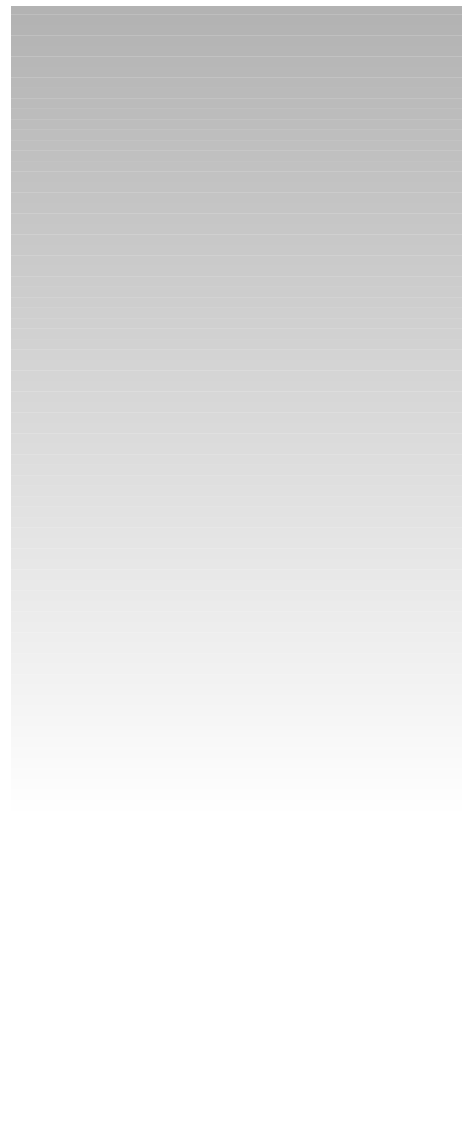
Zato je Hombu dođo često nazivan...

Da, tako je. Razmena studenata je bila dobra. Zapravo, jedan stariji student Hakudo senseija oženio se O Senseijevom kćerkom. On je jedno vreme bio prvak Japana u kendou.

Uvek sam u treniranju iaidoa dostizao visoki stepen svesti, gotovo zen u pokretu.

Da, zaista, dobro zapaženo. To je dobro za razvijanje zanshina. U svom dođou uvek kombinujem zazen sa iaijem. Oko 20 minuta meditacije u sedećem položaju i onda desetak minuta izvlačenja mača, a onda nazad na zazen.

Čuo sam da sada u Vašem dođou za vreme zazena u pozadini svira muzika... da li je to tačno?





Pa, ne uvek. Moj učitelj zena je to praktikovao sa Bahom ili Betovenom, dok bismo sedeli. Vrlo je prijatno. Možete ići zaista duboko u meditaciji pri takvim seansama, naravno, u zavisnosti od vrste muzike: na primer, mislim da džez ne bi odgovarao. Moj dođo gleda na glavnu ulicu u San Dijegu, pa pozadinska muzika neutrališe spoljnu buku.

U poslednjih dvadeset godina imao sam zadovoljstvo da mi instruktori budu O Sensejevi lični učenici: Vi, naravno, ali i Sekija (Sekiya), Tamura, Kanai... svi ste vi potpuno različiti: da li biste prokomentarisali?

Pa, mislim da je aikido mnogo širi od drugih borilačkih veština. Aikido svima dozvoljava da zajedno treniraju. Komunikacija na strunjačama samo je deo toga.

Da li mislite da svaki od vas u svom aikidou izražava različite aspekte O Sensejevog aikidoo?

Da, mislim da je tako.

Neki ljudi pričaju da je O Sensei bio vrlo ljubazan i blag starčić, dok drugi tvrde da je bio ozbiljan i strog. Šta je istina?

Mislim da je za njega bilo prirodno da bude ljubazan, blag i miroljubiv prema običnim učenicima, ali je prema uchideshijima bio grub i strog s vremena na vreme.

Zašto naglašavate trening s oružjem u svom aikidou?

Aikido je baziran na tradicionalnom japanskom mačevalaštvu. U aikidou pomeramo telo kao mače-

vaoci bez mača. Oružje je vrlo važno u ofanzivnom ili dualističnom vežbanju, kao što je randori u džudou, jiyu kumite (slobodna borba) u karateu. Ono nam pomaže da razvijemo borilački duh i druge aspekte, poput tajminga, distance, koncentracije itd. Takođe, prilikom učenja novih tehnika možemo se oslanjati direktno na sečenja bokenom, ekstenziju snage disanja, upotrebu kukova i sl.

Mogu li Vas pitati malo o istoriji aikidoo: O Senseija je jednom pozvao Jigoro Kano, osnivač džudoo, da podučava u Kodokanu. Da li je on to prihvatio?

U to vreme je Kano sensei pokušavao da ujedini tradicionalne japanske borilačke veštine, da bi pomogao njihovo očuvanje. Zato je zvao O Senseija da podučava u Kodokanu. Ali, O Sensei je to odbio: osećao je da su aikido i džudo toliko različiti i da ih ne bi trebalo zajedno podučavati. Zato je, umesto toga, g. Kano poslao trojicu svojih starijih studenata da uče kod O Seseija – to su bili majstor Mocizuki (Mochizuki), Murašige (Murashige), i još jedan. Ne mogu da mu se setim imena. Oni su radili sa O Senseijem, ali su se svaki čas vraćali u Kodokan da bi se videli sa g. Kanom.

Da li je Tomiki sensei bio taj treći majstor?

Ne. Tomiki sensei je došao kasnije. On je kombinovao aikido i džudo: koristio je aikido za otvorene distance u borbi, a džudo za bliži

maai (kritična distanca). Ne slažem se u potpunosti sa tim prilazom, ali je Tomiki sensei bio zaista dobar borac... i pravi gospodin.

Pročitao sam negde da postoji u Japanu neki rođak O Senseija, takođe majstor borilačkih veština, koji je još uvek živ!

Da, to je majstor Hogen Inoue. Njegova sličnost sa O Senseijem je zapanjujuća! On je sada vrlo star, ali je njegov aikido jedno vreme bio odmah posle O Senseijevog. Svoju formu Budoa on naziva Taiwa Shindo.

Majstor shotokan karatea, učitelj Harada senseija, majstor Šigeru Egami (Shigeru Egami) je bio učenik Inoue senseija... Čuo sam da je prvi susret dvojice majstora bio vrlo interesantan!

Morate pitati Harada senseija o tom događaju. Harada sensei i ja smo dobri prijatelji: on je intelektualac i veliki majstor karatea.

Osim sukoba na palubi broda i protiv majstora Vanga, da li ste još neki put koristili svoje sposobnosti van dođoa?

Pa, jednom me je nožem napao neki gangster u Japanu. Zamahnuo je da me ubode u stomak, pa sam ga blokirao gedan baraijem, i slomio mu ruku sa kata katamae.

Drugi put se nešto slično desilo kada sam bio u Parizu sa Noro senseijem. Otišli smo zajedno u noćni klub. Ja sam ispijao piće u jednoj sobi, a on se kartao u drugoj. Odjednom je nastala strašna gužva u prostoriji u kojoj je Noro bio, pa

sam otišao da vidim šta se dešava. Izbila je tuča. Jedan stariji gospodin je ležao na podu, a neki mladić ga je šutirao. Bilo je strašno – pod je bio sav krvav. Pomislio sam da će ga ubiti, a Noro sensei mi je rekao: „Čiba, sredi to.“ On nije želeo da se meša. (Smeh). Uhvatio sam tog čoveka, zaustavivši njegov napad i pitao ga šta to radi. Odgovorio mi je na francuskom, tako da se nismo sporazumeli, pa sam ga izbacio napolje... onda se nešto dogodilo. Moje telo je reagovalo i ja sam ga bacio na zemlju sa o soto gari (vrsta „čišćenja“), džudo tehnikom. Teško je udario o zemlju i tada se čuo zveket metala. Shvatio sam da je bio izvukao nož. Moja svesnost je bila takva da sam reagovao podsvesno. Taj tip je bio kriminalac sa Pigala i zato se niko nije usudio da ga zaustavi. Bio je prilično poznat... ali ne i meni! Nije bilo bitno ko je.

Još nešto?

Kada sam se 1978. iz Engleske vratio u Japan jedan čovek nas je izazvao. Ali, Hombu dođo je to odbio, uprkos upornosti tog čoveka.

Je li on bio karatista?

Niko ne zna šta je taj bio. Kao što sam rekao, bio je uporan, i svakih nekoliko nedelja bi se vraćao da nas izazove. Svaki put sam morao da objašnjavam da ne možemo da prihvatimo. Mislim da mu je falila neka daska u glavi. Uglavnom, meni se konačno smučio i prihvatilo sam izazov. Ugovorili smo susret. Insistirao sam da se pismeno

obavežemo da nećemo tužiti jedan drugoga ukoliko dođe do ozbiljnijih povreda. Rekao sam mu da sam, kao učitelj borilačkih veština, spreman da umrem ako je potrebno. Dakle, kada smo se sreli, ja sam odmah krenuo u napad, krećući se pravo ka njemu i udarivši ga prvi. Udario je o zid, ali kada sam krenuo ka njemu, skočio je na mene: bio je kao tigar. Onda sam ga sredio sa nikkyo (druga imobilizacija). To mu je bilo dovoljno. Bilo je puno krvi, on je ležao na zemlji i vrištao. Više nas nije izazivao – mislim da nije očekivao da aikidoka prvi krene u napad.

Da završimo ovu priču: možete li mi reći nešto o atemiju i takmičenju u aikidou.

Mislim da je atemi (udarac u anatomske slabu tačku) vrlo važna aikido tehnika. Obično se ne podučava na časovima... ja sam, naravno, vežbam atemi. U aikidou nema takmičenja jer bi to eliminisalo veliki broj ljudi sa treninga. Svrha aikido je da različitim ljudima – ljudima i ženama, mladima i starima, slabima i jakim – omogućiti da razviju sopstvene potencijale kroz zajedničko vežbanje.

Šta mislite, koji je najveći kvalitet dobrog aikidoke?

Iskrenost.

Sensei, zahvaljujem Vam u ime čitalaca časopisa „Fighting Arts“ što ste odvojili vreme da razgovarate sa mnom. ❀

Struktura Shu, Ha, Ri i prodiranje Shoshina

Kazuo Chiba sensei

Ovaj članak Čibe Senseija se prvi put pojavio u Sansho Aikido žurnalu USAF Zapadnog regiona. br. 6, 1989. god.

Prevela: Katarina Novaković



Među rečima koje često koristimo nalaze se i one koje kada izbliza obratimo pažnju i dosledno definišemo njihovo značenje, otkrivamo koliko je zaista nejasno i površno naše razumevanje istih.

Shoshin (Šošin)

Recimo, reč "Shoshin" koja se najčešće koristi u borilačkim veštinama je jedna od njih. Razume se da Budo (borilački put, borilačka veština) počinje sa Shoshinom i završava se sa Shosinom. Budo se ne može razumeti bez jedne jasne definicije reči Shoshin: Sho znači početak, Shin znači um, duh ili stav i Shoshin u prevodu znači početnički um. Misli se na um kompletnog početnika kada počinje da trenira Budo. Taj početak obeležen je skromnošću, mekoćom, iskrenošću i čistotom, nepresušnim traganjem Puta. U Japanu se od Budo discipline očekuje da bude oštra i teška i da zahteva mnogo godina vežbe do majstorskog zvanja. Unutar Shoshina otkrivamo duh čvrstine, žrtvovanja, posvećenosti i samokontrole. Zašto Japanci vide Budo

trening na ovaj način? On je suprotan Američkom stavu gde su generalno zadovoljstvo i užitak na prvom mestu.

Japanci smatraju da je nemoguće biti majstor borilačkih veština bez rešenosti da se vežba mnogo godina, prolazeći pri tom kroz mnogo različitih stanja i zahtevajući da se ide do krajnjih fizičkih granica a ponekad čak i dalje. Japanci takođe priznaju da se na kraju fizičkog majstorstva veštine nalazi jedno duhovno ispunjenje koje odvodi dalje. Stanje koje se dostiže kroz duhovni napredak, najviše stanje u Budou, naziva se "Mushin" ili stanje Ne-Uma. Ono se predstavlja slikom čisog/jasnog ogledala koje reflektuje ono što se pojavljuje tačno onakvo kakvo je. Stanje Ne-uma je takvo da odražava sve ono što prolazi ispred njega bilo da dolazi ili odlazi, bez mešanja volje ili samonametnutog prosuđivanja. Ipak, postoji važna razlika između statičnog ogledala i aktivnog stanja uma. Aktivni um reaguje spontano i simultano na odraženi lik bez vezivanja i smetnji dobrog i lošeg, ispravnog i pogrešnog, dobitka i gubitka,

života i smrti. Ono što ovo stanje čini teškim da se postigne je zahtev da fizičko kretanje (tehnik) simultano prati um koji reaguje na spoljne nadražaje koji se reflektuju u njemu. Stanje Ne-Uma se može doseći i uz pomoć drugih disciplina kao što je recimo meditacija. Ono što budo čini jedinstvenim nalazi se u simultanom i nerazdvoživom otelovljenju uma i fizičkog kretanja u tehnici. Jedino kada se dosegne ovo stanje može se jedna borilačka veština smatrati potpunom. Shoshin je um koji je neophodan da bi se pratila obuka tj. nastava. On sadrži iskrenost, skromnost, blagost, izdržljivost, žrtvu i samokontrolu, nedirnut od strane samovolje diskriminacije i prosuđivanja. On je um koji je kao komad čiste bele svile pre nego što je obojen. To je takođe veoma važan uslov za prvu fazu u kojoj pojedinac uči da prikaže bazičnu tehniku precizno, deo po deo, korak po korak sa nepokolebljivom verom u učenje. Shoshin nije samo stanje svesti koje je karakteristično za početnike. Neophodno je da bude prisutan u svakoj fazi obuke. Manifestacija Shoshina zavisi od statusa pojedinca tj. dali je početnik, srednji početnik, ili napredni student. Ono što je najvažnije je da se na kraju postaje jedno telo iznutra i spolja, i da se konačno razvija svest Mushina. To je završetak Budo obuke. Odlučnost da se čvrsto držite uma početnika je ključni faktor vežbanja. Kao i sve drugo i Shoshin se susreće sa različitim iskustvima i izazovima te može oslabiti i biti slomljen. On takođe može postati jasniji i jači. Od pre-

sudnog je značaja održavati strog samoposmatrajući stav da bi se sprečilo da Shoshin propada. Potrebno je biti odlučan, prevazilazeći krize ne jednom već mnogo puta i ići dalje. Izgubiti Shoshin znači stati sa razvojem i gotovo uvek se dešava da se taj proces ne prepoznaje. To je ujedno i znak ljudske arogancije.

Generalno gledano, razlika između Amerikanaca i Japanaca je u shvatanju da li je napor ili uživanje i zadovoljstvo ono što treba očekivati u proučavanju Budoa. Čini se da je to u velikoj meri zbog razlike između dve kulture. Postoji još uvek veliki uticaj srednjevekovnih ideja u svim japanskim tradicionalnim umetničkim disciplinama uključujući i Budo i danas unutar japanske svesti. To je dešava uglavnom zbog rada Jošikave na liku i delu Miyamoto Musašija koga japanski narod duboko poštuje. On je postao nacionalni junak za sva vremena. To nije samo zbog visokog vrednovanja njegovog asketskog načina života koji duboko dopire do japanske svesti. Slično poštovanje može se naći u stavu japanskog naroda prema O Senseiju osnivaču aikidoa. Uprkos razlikama između Musašija i O Senseia (Zen snažno utiče na Musašija a Šintoizam na O Senseia), ono što je zajedničko za ova dva gorostasa je dubina njihovog samoodricanja. Samoodricanje je vitalna sila koja paradoksalno doprinosi razvoju čoveka. Kroz samoodricanje postiže se stanje kosmičke svesti i dostiže se samospoznaja prevazilazeći tako ograničenja ega. Ovaj proces je

osnova razvoja koji je shvaćen unutar tradicionalnih japanskih borilačkih disciplina uključujući i aikido. Ipak, pre nego što dublje uđem u ovu temu, hteo bi da se osvrnem na kratko na značenje reči "kata". Kata je osnovna i uobičajna metoda koju možemo pronaći u svim japanskim tradicionalnim umetnostima kao što su čajna ceremonija, aranžiranje cveća, slikarstvo, kaligrafija, ples, teatar, budo. Kata se prevodi u engleskom jeziku kao forma. Ipak, forma pokriva samo jedan deo celine, površno se ograničavajući samo na fizičkom aspektu. Dok forma pokriva samo fizički deo celine, što je vidljivi deo, postoji i deo koji nije vidljiv u prirodi. On je povezan sa unutrašnjom energijom toka svesti (Ki). Postoje škole u istoriji budoa koje opisuju katu kao zakon energije (poredak energije). Pošto se ovaj deo ne može videti fizički, ne može se promišljati i mora se primiti i osećati. Ki npr. kao manifestacija kontrole toka svesti radi zajedno sa fizičkom energijom unutar i izvan tela u okviru kate. To je povezano sa količinom i kombinacijom oprečnih elemenata koji su povezani i koji se međusobno razmenjuju: čistoća i nečistoća, svetlo i tama, punoća i praznina, skupljanje i širenje, tvrdoća i mekoća, brzina i sporost i sl. Kata je jedna organska forma koja postoji kada se dva oprečna elementa integrišu unutar borbilačke tehnike. Tada kata živi, postoji, manifestuje se u momentu izvođenja. Štaviše, ono što je značajno za svaku katu jeste da je duboko karakterišu škole, a posebno je određena od strane osnivača

škole u smislu njegove ličnosti i iskustva. U krajnjoj istanci kata se formira kao filozofija koja se prenosi svojim sledbenicima. To je srce škole. U svom izvornom obliku kata je opisana kao borilačko kretanje (protiv neprijatelja) i to je kolektivno dostignuće i suština svake škole. To je rezultat potrage za efikasnošću, ekonomičnošću i racionalnog razmišljanja u datim okolnostima. Vežbajući formu unutar metodologije koja je svojstvena nekoj školi, ili učitelju, kroz nekoliko godina može se savladati fizička forma i interni poredak energije na način određene škole. Iako se aikido trening zasniva na ponavljanju forme on je mnogo slobodniji i fleksibilniji nego u starim školama. Može se reći da je forma izvan forme. Razlog svemu ovome može se naći isprva u pozitivnoj činjenici da aikido privlači širok dijapazon ljudi u odnosu na druge discipline. Negativna strana u ovome je ta što to doprinosi poplavi površnog individualizma. Drugi značajan razlog može se naći u činjenici da je i sam osnivač nekoliko puta transformisao i promenio svoju umetnost a posebno njenu fizičku formu. Te promene su bile sinonimi za njegov lični razvoj. Bez sumnje ovo je jedan od razloga zašto imamo različite stilove u formi i različite načine izražavanja veštine čak i među njegovim direktnim učenicima. Ovi učenici su završili obuku kod osnivača O Senseia u različitim periodima njegovog života. Ovaj kontinuirani razvoj aikidoa je jasan s obzirom da je njegov osnivač bio u neprekidnoj potrazi za Putem, i

tom potragom, ja predpostavljam, on nikada nije bio zadovoljan.

Može biti korisno opisati tri progresivna stadijuma koja se pojavljuju u proučavanju tradicionalnih borilačkih veština u Japanu. Neke od njih ću ilustrovati u nadi da će čitaoci moći da ih shvate.

Shu (Šu)

Prva faza se naziva “**Shu**” i može se prevesti kao zaštititi, braniti, čuvati, poštovati, biti istinit. Iz ove definicije može se reći da su karakteristike ove faze: zaštita, odbrana, motrenje, pažnja. Takođe, u okviru ovoga postoje dva faktora: jedan subjektivni, drugi objektivni. Štititi se, braniti se, biti oprezan sve upućuje na odbranu protiv spoljašnjih negativnih okolnosti, opreza od upadanja u opasnost i pravljenja grešaka. To su sve objektivni faktori. Sa druge strane, ispunjavati naređenja, proučavati, biti iskren sve su to subjektivni faktori. Tehnički ono što je karakteristika ove faze je naučiti i utemeljiti osnovne principe kroz ponavljanje Kate tačno onako kako je navedeno bez nametanja volje, mišljenja ili prosuđivanja sa potpunom otvorenošću i skromnošću. Ovo je veoma važan period u oba smisla i fizički i mentalno u kome se pojedinac pažljivo priprema za narednu fazu. Fizički, ovo je vreme kada se delovi tela osposobljavaju; zglobovi, mišići, kosti, ukupno držanje; kako da se postavi donji deo tela da se energija usmerava ka stomaku, kako da se balansirano koriste i ruke i noge. Psihički, uči se kako fokusirati i koncentrisati pažnju na bilo koji

deo tela u bilo kom trenutku, kako generisati unutrašnju energiju i njene tokove uz pomoć imaginacije. U krajnjoj istanci uči se vera, poverenje, poštovanje, izdržljivost, skromnost, žrtva, hrabrost što se sve smatra vrlinama budoa. Ne postoji tačno određeno vreme koliko je potrebno da se prođe kroz ovu fazu. Sve zavisi od snage, sposobnosti, i učitelja i učenika. Generalno, to ne mora biti suviše dugačak period, recimo od 3 do 5 godina. Nepotrebno je reći da se u tom periodu mora preuzeti obaveza da se ozbiljno trenira, da se trenira svakodnevno i taj trening smatrati veoma važnim i prvim prioritetom u određenom periodu života.

Ha

Sljedeća faza koja dolazi posle “**Shu**” je poznata kao “**Ha**”. Ona se definiše sledećim izrazima: polomiti, uništiti, povrediti, prekršiti. Kao što ove definicije ukazuju, ovo je po svom karakteru prilično dinamična faza i snažno se oslanja na negaciju i poricanja. Ipak, paradoksalno, ova negacija vodi postepeno ka samopotvrđivanju. U fazi “**Shu**” fokus je na uskrađivanju individualizma. Ova faza zahteva pažljivu pripremu i učenika i učitelja. Takođe je veoma važno da učitelj u ovoj fazi bude jak i prepozna potencijal svoga učenika i da učenik potvrdi svoju odgovornost prema učitelju svojom ozbiljnošću i posvećenošću vežbanju. Snaga dolazi kroz plamen samoodricanja. Tehnički gledano ovo je ujedno i faza u kojoj je neophodno preurediti i rekonstru-

isati sve ono što je učitelj podučavao. Ovo podrazumeva eliminaciju svih suvišnih elemenata, svega što je nepotrebno i unose se novi elementi neophodni za dalji napredak. Ove promene zavise od mnogih uslova kao što su: temperament, ličnost pojedinca, stil, dob, pol, težina, visina, telo i snaga. U ovoj fazi duhovno i mentalno svako treba da od sebe zahteva najviše i da se neprekidno samoposmatra. U ovoj fazi, dobiti znači ne biti kreativan a izgubiti i odreći se igra važniju ulogu u ovom procesu. To je zaista težak zadatak i često se ne vidi nužnost njegovog sprovođenja zbog nedostatka istinskog uvida i hrabrosti. Kao deo ljudske prirode, zaista je teško poreći ono što već posedujemo, posebno kada se smatra da je to dobrim delom naše vlasništvo. Ovo je mesto gde se većina ljudi zaglavi i prestane da raste. Tu je važan istinski uvid i prepoznavanja samog sebe. Kada bi pravili relaciju sa ljudskim rastom ovo je period infantilnosti i mladosti i zato je učenik još uvek pod starateljstvom učitelja. Drugo veoma važno obeležje ove faze je prelazak od kompletne pasivnosti predhodne faze ka kompletnoj odgovornosti onoga koji vežba prema svom treningu. Ono što se dešava u ovoj fazi je sledeće; onaj koji daje (učitelj) i onaj koji prima (učenik), zajednički doprinose rađanju individualizma kod učenika. To je upravo onako kao kad ptica u jednom trenutku unutar jajeta počinje da razbija ljusku iznutra a roditelj pomaže ptici razbijajući ljusku spolja. Ako u tom trenutku ptic nije dorastao,

uginuće. Opet nema precizno određenog vremenskog perioda koliko traje ova faza. Međutim, ovo je veoma važan prelazni period. Stvaranje i rast od infantilnog do potpuno zrelog pojedinca pojavljuje se nakon ove faze.

Ri

Završna faza je poznata kao “**Ri**”. Definicije su sledeće: razdvajanje, rastava, odlazak, otpustiti, osloboditi, odeliti. Kao što definicija ukazuje ovo je vreme prelaska. To je završetak obuke pojedinca, iako to nije kraj učenja. U ovoj fazi pojedinac postaje majstor bori-lackog umeća, i postaje slobodna nezavisna kompletna osoba u bori-lackoj veštini. U ovoj fazi pojedinac je savladao sve potrebne tehničke elemente veštine, poseduje znanje i iskustvo i neustrašivu ličnost. Duhovno i mentalno učenik ne zavisi niti se oslanja na spoljašnje smernice i pomoć. On je nezavisan. Nepotrebno je reći da dostići ovu fazu zahteva mnogo truda i rada koje je nemoguće opisati rečima. Ovo je faza gde se pojedinac oslobađa od oslanjanja na spoljašnje, oslobađa se učiteljevog oslonca i doseže do kosmičke svesti o mushinu. To je faza Shoshina koja nastavlja kontinuirano da raste i to je ključ za samoostvarenje pojedinca.

Dao sam opis “Shu”, “Ha” i “Ri” i njihov progresivni razvoj i strukturu. Međutim, te tri faze ne moraju se posmatrati mehanički sa jasnim granicama između njih, već napredak i transformaciju iz jedne faze u drugu procenjuje učitelj.

U okviru sistema rangiranja koji se praktikuje u današnjem aikidou “Sho” odgovara periodu do trećeg dana, “Ha” periodu od trećeg do petog dana, i “Ri” periodu od i posle šestog dana. Očigledno, ova podela se ne može primeniti u svakom slučaju. Kvalitet nečijeg vežbanja je vrlo često sumnjiv, a često postoji i neki “genijalac” kome nije potrebno nikavo rangiranje. Pojedinac koji je dosegao fazu “Ri” može se smatrati majstorom veštine. On tada postaje jedan od uspešnih koji je na Putu i koji predstavlja oličenje veštine za sve ostale. Ipak, treba da se još uvek odnosi kao početnik sa puno poštovanja prema svom učitelju unutar ovog sistema. Nezavisno od ovoga, jednak je sa ostalim majstorima, uključujući i sopstvenog učitelja u odgovornosti prema drugima i prenošenju znanja drugima. Na taj način veština se razvija i prenosi budućim generacijama.

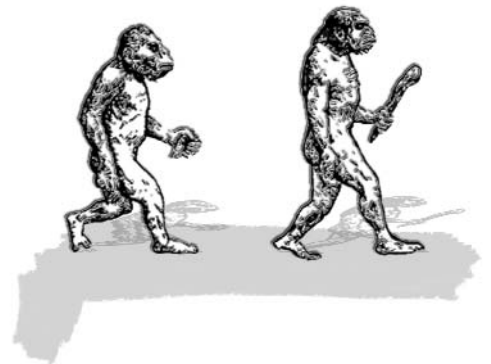
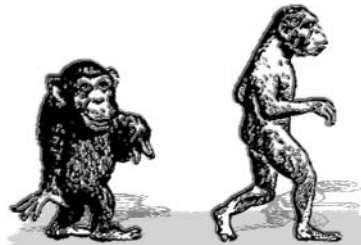
Da li se gore pomenuti sistem i dana praktikuje u okviru aikidoa u Japanu i da li je primenjiv ovde u Americi gde su kultura, životni stil i način razmišljanja toliko različiti, nije moje trenutno interesovanje. Ja sam ubeđen da ovaj sistem nosi još uvek duboku vrednost za današnje društvo i predstavlja sistem koji duboko ponire u razvoj čovečanstva. U krajnjoj instanci, ovaj sistem razjašnjava odgovornosti učitelja i učenika i postavlja model odnosa između njih.

(manja skraćivanja i podnaslovi su redakcijski) ❖

Iskreno vežbanje

preneto sa Aikiweb.com

C. E. Clark



Lopov

Vežbam sa jednim učenicom. Sensei vodi trening, trudeći se da pruži informacije i dovoljno vremena za vežbu da bi usvojili tehniku u tom trenutku.

Levo od mene su beli pojas i zeleni koji je tu već nekoliko meseci. Beli pojas ima problema sa tehnikom. Zeleni pojas mu pomaže tako što mu govori kako da ispravi grešku. Zvuči poznato? Uskoro beli pojas dobija poseban trening jedan na jedan - mnogo priče sa malo akcije. Samo-proglašeni instruktor je lopov! Zeleni pojas ima dobru nameru, ali je odvojio učenika sa treninga, trenera od učenika i vreme od treninga. Štaviše, zeleni pojas retko uči. Imaju mnogo toga da nauče ali i sa najboljim namerama malo će zaista i naučiti.

Uljez

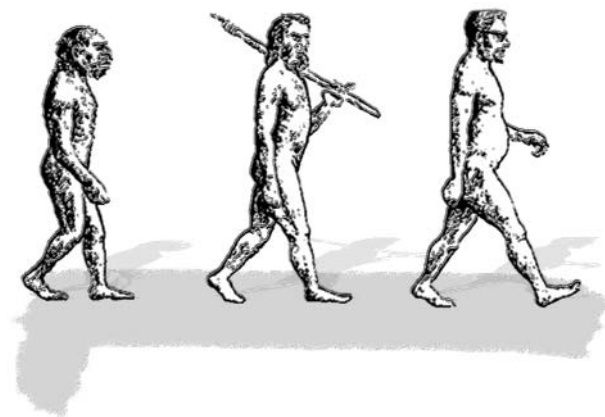
Vežbam sa jednim učenicom. Sensei vodi trening, trudeći se da pruži informacije i dovoljno vremena za vežbu da bi usvojili tehniku u tom trenutku.

Trener objašnjava koncept i učenik levo od mene postavlja pitanje. Pitanje je u obliku: "Znači, mislite da..." ponavljajući ono što

je trener upravo rekao samo malo izmenjeno. Mogu da tvrdim da pitanje nije iskreno i da nije izraz sumnje. Učenik nije hteo da čuje odgovor, hteo je priznanje za to što je razumeo, za to što je učestvovao. On se pravi da je zainteresovan za ono što trener priča ali ustvari hoće da ga prizna-ju kao poznavao. Ovo je delo ega.

Još jedan učenik postavlja pitanje. Trener odgovara, ali se vidi da učenik nije zadovoljan odgovorom. Učenik ponavlja ono što je malopre instruktor objasnio. On želi da trener (a i ostali učenici) znaju da ima i drugačijih mišljenja kako nešto da se uradi. Zapravo, on se pravi da je pružio dodatne informacije, a u stvari sumnja u trenera. I ovo je delo ega.

Počinjemo da vežbamo. Rečeno nam je da radimo seriju tehnika i kretanja i svi rade kako im je rečeno. Posle nekog vremena poneko počinje da radi nešto drugo. Drugi par počinje da diskutuje o svojim uspesima i padovima i svi misle da su veoma aktivni i da kinetički učestvuju. Pa, da, jesu! Svi imaju svoj plan. Glume zainteresovane učenike a u stvari su zaista zainteresovani samo za svoje lično i trenutno priznanje.



“Zato preporučujemo svima koji pođu putem duhovne harmonije da ne zasnivaju napredovanje isključivo na spoljašnjem, egzibicionističkom, niti da cene nivo do koga su došli samo brojem savladanih tehnika i kvalitetom njihovog izvođenja, nego da nauče da gledaju ispod površine u promenu nabolje duhovnih kvaliteta. Kraće, ne samo gimnastika sa svojom estetikom, nego sa njom i etika, pa i ono iznad nje.”

Jovica Stanojević

Oni ne vežbaju, oni demonstriraju i glume. Ovo je delo ega.

Žrtva

Vežbam sa jednim učenikom. Sensei vodi trening, trudeći se da pruži informacije i dovoljno vremena za vežbu da bi usvojili tehniku u tom trenutku.

Učenik levo od mene se žali na problem sa tehnikom. Trener predlaže rešenje i kaže učeniku da uradi ponovo. Učenik ponovo radi tehniku, preuveličavajući problem da bi pokazao kako je teško. Trener predlaže drugo rešenje. Učenik želi da se savršena tehnika sama stvori, bez imalo truda. Uke slabije napada da pruži toriju veću šansu u tome. Toriju je sada lakše i on uspeva protiv slabijeg napada. Tori se bolje oseća dok je tehnika na gubitku. Tori i uke zamenjuju uloge. Bivši tori sad žestoko napada, tako da je tehnika grublja i zahteva grublji pad. Kada se učenik požalio da je prejako, tori je smanjio žestinu da ne bi povredio ukea. Uke glumi pad. Tehnika pati, nema rizika i realnost je nestala. Učenik može (po nekima) dobro da izgleda kada se ne oseća ugroženim. Učenik je žrtva - želeći nešto, a da sâm neda ništa.

Šarlatan

Vežbam sa jednim učenikom. Sensei vodi trening, trudeći se da

pruži informacije i dovoljno vremena za vežbu da bi usvojili tehniku u tom trenutku.

Kada vežbanje postaje napornije, to je već mnogo za učenika sa moje desne strane. Ide da pije vodu. Njegov partner mora da čeka da se učenik vrati kako bi nastavili da vežbaju. Učenik preuzima ulogu torija. Partner je dobar uke, dobro napada, ali tori neće da bude uke. Trener tada bira drugu tehniku i menja partnere. Učenik ponovo uzima ulogu torija. Posle nekog vremena trener ponovo viče: “Promenite partnere”. Učenik ponovo mora da pije vode. Sećam se da je taj učenik uvek dolazio na trening posle čišćenja dođoa subotom. To je takođe onaj učenik koji je morao da ide baš pre nego što smo morali da nešto fizikalizujemo.

Pa ko je taj učenik?

Verovatno svi mi. Lopov, uljez, žrtva i šarlatan su unutrašnje zveri, ego - deo nas koji uvek traži priznanje, pažnju, lakši put i da bude prihvaćen.

Svi smo mi lopovi. Svi tražimo priznanje, zato krademo malo tuđeg vremena, čak i ako je to od nekoga ko još ne zna šta se zapravo događa. Svi igramo i igre rečima i uma kada smo uljez. Naš um je predivno pametan i zavodljiv, čak uspe da nas prevari da tad radimo poštenu stvar. Ali mi ostajemo zatvoreni. Naš ego nas štiti od

pokoravanja tuđoj volji. To je sigurno dobro za opstanak vrste ali je pakao za proces učenja. Često glumimo i žrtvu. Um uvek traži najlakše rešenje. Ako verujemo u ono što osećamo, um će nas navesti da je put pri kojem nas najviše priznaju a ujedno ako je i najkomfortniji zapravo jedini izbor. Lažemo sebe da opravdamo laž koju delimo sa drugima. Šarlatan je vrlo vešt lopov, koji je uljez, koji to opravdava okrivljujući druge!

Da li je sve ovo uslovno? Ne više od života. Moramo biti na oprezu jer smo pomenuti učenici ustvari svi mi. Niko od nas nije imun na svoj um. Uvek moramo da proveravamo svoje motive, da preispitujemo svoje namere dok radimo (i kada reagujemo) jer ovo su samo neki oblici koji opravdavaju ovu zver iznutra. Štaviše, dok ovo čitate setićete se tih učenika na tatamiju. Ali da li ih vidite kada se pogledate u ogledalu? Ne, ako je unutrašnja zver ega na vlasti.

Ali zar aikido nije priča o ovome? Naše vežbanje nam daje priliku da namamimo tu zver na otvoreno gde možemo da je prepoznamo, razoružamo i pobedimo. Nakon toga možemo da umuknemo i da najzad počnemo da vežbamo. Naravno, vratiće se ona u nekom drugačijem obliku, ali ne treba puno mariti za to.

To je jedna životna potera. ❖

Aikido rečnik

Pregled sa kraćim objašnjenjem i prevodom: napada, stavova, poluga, bacanja i osnovnih tehnika u aikidou. Kompletan rečnik, abecedni i pojmovni nalazi se od 1998. godine na našem internet sajtu. Pogledajte na www.aiki.rs.



Napadi

Udarci:

Atemi	udaraci u vitalne tačke
Chudan zuki	udarac pesnicom u predeo stomaka
Gedan zuki	udarac pesnicom u predeo donjeg stomaka
Gyaku zuki	udarac u kontra stavu
Jodan zuki	udarac pesnicom u predelu glave
Kaeshi zuki	kontra udarac
Katate uchi	udarac jednom rukom
Men uchi	udarac u glavu
Maegeri	udarac nogom
Mune tsuki	udarac pesnicom u predeo grudi
Oizuki	udarac sa korakom
Shomen uchi	udarac odozgo
Tsuki	u aikidou, to je najčešće Chudan Oizuki
Uchi	napred, prednja strana, npr. (SHOMEN UCHI)
Yokomen uchi	dijagonalni udarac odozgo

Yoko uchi dori	hvat sa dve ruke za jednu ruku (Katate ryote dori)
Morote dori	davljenje
Kubi jime	hvat za rame sa jednom rukom
Kata dori	hvat sa dve ruke za dva ramena
Ryokata dori	hvat sa dve ruke za dve ruke
Ryote dori	hvat za grudi (revere)
Mune dori	hvat za lakat
Hiji dori	hvat za rukav
Sode dori	hvat iza leđa rukom za okovratnik ispod temena
Ushiro eri dori	hvat iza leđa sa dve ruke za dve ruke
Ushiro ryote dori	hvat iza leđa sa dve ruke za dvudarac sa strane a ramena
Ushiro ryokata dori	hvat iza leđa sa obe ruke preko ruku torija
Ushiro dori	hvat iza leđa sa jednom rukom za ruku i davljenje drugom
Ushiro katate dori kubishime	davljenje iza leđa

Hvatovi:

Katate dori	hvat rukom za ruku (gyakohanmi)
Katate dori aihanmi	hvat rukom za ruku, npr. desna za desnu ruku
Kosadori	hvat rukom za ruku (Katate dori aihanmi)
Katate ryote dori	hvat sa dve ruke za jednu ruku

Kombinovani napadi:

Kata dori men uchi	hvat za rame sa jednom rukom i napad drugom odozgo
Mune dori men uchi	hvat za grudi (revere) jednom rukom i napad drugom odozgo

Stavovi

Anza	položaj u kome se sedi sa prekrštenim nogama (turski sed)
Chudan	srednji stav, npr. seigan je chudan kamae
Gedan	niski položaj, mač u donjem položaju
Hanmi	stav sa jednom nogom napred
Hasso gamae	stav sa mačem ili štapom na ramenu
Hitoemi	ulazak paralelno napred
Iai hiza, Tate hiza	klečanje

Jodan gamae	visok stav, mač se drži iznad glave
Kamae	stav; isto što i gamae
Karuma	kao waki gamae, mač horizontalno
Kongo	oštrica vertikalno pored lica
Seiza	položaj u kome se sedi na potkolenicama (kleči)
Seigan	prirodan položaj, osnovni stav sa mačem na nogama
Tachi	stav u kome se mač drži iza tela, sa strane
Waki gamae	



crteži: Z. Domenico

Poluge i bacanja

Poluge:

Ikkyo	1.forma (prvo učenje), oshi taoshi, ude osae
Nikyo	2.forma (drugo učenje), kote mawashi, kotemaki
Sankyo	3.forma (treće učenje), kote hineri, shiborikime
Yonkyo	4.forma (četvrto učenje), tekubi osae
Gokyo	5.forma (peto učenje), kujiosae, ude hishigi
Ude garami	fiksacija sa polugom na laktu i ramenu, Rokyō
Hiji kime osae	fiksacija sa polugom na laktu

Bacanja:

Aiki nage	bacanje aikiem. Tori se postavlja telom ispred putanje kretanja ukeā.
Aiki otoshi	više bacanje u aikidou
Irimi nage	bacanje sa ulaskom
Ganseki otoshi	napredno bacanje preko ramena

Juji nage, juji garami

Kaiten nage

Kokyu ho

Kokyu nage

Koshi nage

Kote gaeshi

Shiho nage

Tenchi nage

Sumi gaeshi

Sumi otoshi

Ushiro kyri otoshi

bacanje sa uplitanjem ruku (bukvalno: deseto bacanje)

kružno (točak) bacanje. Postoji kao uchikaiten nage i sotokaiten nage (unutra i spolja)

vežba u paru u sedećem položaju za postizanje kokjua. Zove se i morotetori kokyu nage ili ryotemochi kokynage udeoroshi irimi.

bacanje sa kokjuom. Veliki broj tehnika nosi ovo ime. Tehnika se najčešće završava padom ukeā.

bacanje preko kukova

bacanje sa zavrtanjem šake

bacanje u četiri pravca

bacanje "nebo - zemlja"

bacanje u ugao

spuštanje u ugao, tehnika bacanja

bacanje povlačenjem leđa unazad

Tehnike

Atemiwaza	tehnike udaraca
Ukemi	pad - bukvalno: "primiti telo"
Kumitachi	ili Tachi - vežbe mačem u paru
Kumijo	vežbe štapom u paru
Tachidori	tehnike odbrane za oduzimanja mača
Tantodori	tehnike odbrane za oduzimanja noža
Hanmihandachi waza	tehnike koje se izvode kada je tori u suwari (na kolenima) a uke u tachi wazi. (na nogama)
Hitoriwaza	vežbanje sa "nevidljivim partnerom"
Jiyuwaza	slobodan stil izvođenja tehnika - najčešće na dogovoren napad od strane više napadača. Razlikuje se od Randorija u drugim veštinama.
Jimewaza	tehnike davljenja
Jodori	tehnike odbrane za oduzimanja štapa
Futaridori	odbrana od više napadača (TANINSUGAKE)
Kaeshiwaza	tehnike kontri (GAESHIWAZA)
Kansetsuwaza	tehnike narušavanja, katami waza npr. nikyo

Katamewaza

tehnike kontrole - osae waza, kensetsu waza, shime waza

Kihonwaza

osnovne tehnike

Nagashiwaza

pretapanje jedne tehnike u drugu, HENKEWAZA

Newaza

tehnike rvanja

Ojiwaza

tehnike bloka i kontranapada

Omotewaza

direktne tehnike

Shiwaza

tehnike kontri, Kaeshi waza

Sutemiwaza

požrtvovane tehnike

Suwariwaza

tehnike koje se izvode u parteru (kretanje na kolenima)

Tachiwaza

tehnike koje se izvode u stojećem stavu

Tewaza

ručne tehnike (kao odbrana od oružja)

Ushirowaza

tehnike odbrane od napada sa leđa

Ukewaza

tehnike blokiranja

Waza

tehnika, forma

Iz perspektive: "Žao mi je, pokušaj ponovo"

Vlade Satarić 1.dan

Sa moje tačke gledišta, to je trebalo da bude još jedan u nizu seminara. Jedinствена prilika da se nauči nešto novo ali i ponovo vidi sa dragim ljudima, malo porazgovara i ozbiljno provežba.

Tako je i počelo. Kao još jedna prilika da se družimo i vežbamo.

Ali! E, to "ali" sad sledi. Ovaj seminar je trebalo da za mene bude poseban i iz još jednog razloga. Ispunio sam svoj vremenski uslov za polaganje za majstorski pojas zvanja drugi dan (ni dan), i trebalo je da polažem (i položim) čime bih obeležio jaš jedan stepen napredovanja u veštini do koje mi je stalo.

I krenulo je. Prvo prozivanja budućih majstora i njihovo polaganje, a potom nas, majstora željnih napredovanja u znanju i zvanju. Sam tok polaganja ne želim da komentarišem. Svako je dao onoliko koliko je mogao, hteo i znao... Usledio je još jedan trening a potom čitanje rezultata.

Znao sam da ću sigurno bito poslednji u prozivci jer sam bio poslednji i prilikom polaganja pa sam "strpljivo" čekao i slušao rezultate drugih. Dobro je počelo... shodan, shodan... nidan, nidan... i na kraju ja: "žao mi je, pokušaj ponovo (Please try again)". Neverica. Šta reče?!?!?!?! (odjekivalo je u meni). Ta rečenica me dobro mlatnula. Kao tori za ovog ukeu nisam bio spreman. Tačnije, verovao sam da se sa ovim ukeom nikad neću susresti. To meni ne bi trebalo da se dogodi...

Ali dogodilo se ...

I... šta sad?

Gomila negativnih osećanja koja sam tek sada, sa male vremenske razdaljine, spreman da analiziram i prokomentarišem.

Osećanja:

● **Ljutnja i bes:** Gotovo istovremeno su me prožela oba. Tek sada shvatam koliko sam slabo napredovao u veštini koju volim. Ni jedna od njih ne treba da odslikava jednog aikidoku, a naročito ne majstora, makog zvanja. Sam aikido predstavlja put pozitivne energije, ljubavi i razumevanja. A ja? Pa, da pokušam ponovo?

● **Ljubomora i zavist:** Kako su oni prošli a ja sam pao? Ponovo shvatam koliko sam slabo napredovao u veštini koju volim. Sam aikido nikada ne potencira rivalstvo i takmičenje. Svako od nas je u aikidou kao i u životu jedinka za sebe, snažna da deluje sama a stvorena da deluje u zajednici. Aikido nema protivnika već samo ideju napretka i razvoja. Svakog za sebe, a onda i svih zajedno. Zašto oni? Zato što su napredovali u odnosu na sebe. Zašto ne ja? Jer nisam bio bolji od sebe. Ponovo, pa da pokušam ponovo?


● **Slabost i nesigurnost:** "Ono što me ne ubije, čini me jacim". Kako sam porastao na selu, u poljoprivrednom domaćinstvu, moj otac je često govorio: "Kada budeš dovoljno jak i vešt moći ćeš da radiš ... to i to". A šta sada? Kako ću pokazati nekom da vredim i zaslužujem njegovo vreme da mi pokaže i pomogne u mom napredovanju a da nije to iz sažaljenja? Kada sam se zaposlio često sam čuo rečenicu: "Njegovo znanje i rad može da pro-

cenjuje samo neko ko je bolji od njega..." iako to često nije imalo veze sa odnosom bolji i lošiji. A šta sad? Kako da zaslužim nečije poverenje i prenesem svoje znanje na one koji znaju malo manje od mene? Još jednom shvatam koliko sam slabo napredovao u veštini koju volim. Već na prvom treningu iza seminara i radu sa drugarima iz kluba shvatio sam da oni i ne razmišljaju o tome koji rang ili status imam, već šta znam i na koji način sam spreman da to malo znanja prenesem i na njih koji znaju manje ili drugačije od mene. Aikido tome i uči. Ne cenimo ljude prema onome ko su i šta su, već kakvi su.

Na kraju najbitnije što sam naučio je da aikidoke ma kog pola, uzrasta, zvanja ili znanja i umeća bili predstavljaju jednu veliku grupu dobrih ljudi koji su tu i onda kada su ti najpotrebniji da te ohrabre i podrže.

Razni ljudi će ovaj moj tekst komentarisati na različite načine i ja ih neću sprečavati u tome. Sa moje tačke gledišta on samo predstavlja skromni pokušaj da svoj "poraz" pretvorim u naučenu lekciju. Jer tek sada shvatam šta je sensei Filip Smit mislio kada je jednom prilikom objašnjavao zašto se kaže "pokušajte ponovo", a ne "pali ste" tj. niste uspeli (failed). U aikidou, kao i u stvarnom životu, niste uspeli samo onda ako niste pokušali (ponovo).

Iskreno i od srca čestitam svima koji su položili, ali i onima koji su pali, preživeli smo...

Da probamo ponovo. 

Ukus Banzovog mača



Umetnost
Filozofija
Kultura
Japan
Jezik
Priče
Istok

Ogledalo

Čovek se sa pravom može nazvati ogledalom univerzuma, budući da se u njegovoj svesti mogu reflektovati sve stvari, ali se univerzum ne može nazvati ogledalom čoveka, budući da univerzumu ništa što čovek u njemu vidi ne može pokazati što on jeste.

Huj-Neng (638-713)



Kretanje tela i svesnost, ključ telesno-duhovne energije (KI)

Peter Payne

tekst je prenet iz knjige: "The Martial Arts: The Spiritual Dimension" (Borilačke veštine: Spiritualna dimenzija), Peter Payne, 1981.

Ovde nema dovoljno mesta za sveobuhvatno predstavljanje telesno-duhovne energije koju u Japanu nazivaju ki. Moguće je, međutim, reći nekoliko misli, suštinskih za bilo koje razmatranje ratničkih veština, a posebno u knjizi koja je namenjena zapadnjacima. Neobična je činjenica da je naša kultura jedna od retkih u istoriji sveta koja nema svakodnevnu reč, ili ideju, odgovarajuću reči "ki". O ovom nedostatku se može raspravljati kao zasnovanom na razviku nauke koja sadrži "jasnije" zamisli od ove "široke, vitalističke ideje". Ali ako bi tako bilo, onda bi se moglo očekivati da nauka bude upućena i sposobna da se suoči sa onim oblastima za koje se obično "ki" vezuje. Ove oblasti se tiču osnovne životnosti, mentalnog i emotivnog zdravlja, intuicije, odnosa tela i svesti, paranormalnih moći, kao i izuzetnih, već pominjanih sposobnosti koje majstori kija poseduju. Jasno je da Zapadnoj

nauci gotovo potpuno nedostaje znanje o ovim oblastima, kao i sa njima povezanim drugim oblastima.

U poslednje vreme su iznesene pojedine tvrdnje kojima se izjednačavaju i dovode u vezu određena novija naučna otkrića i ki: na primer, Kirlijanova fotografija, aure dobijena "snimanjem" predmeta u visokofrekventnom elektromagnetnom polju. Međutim, mada se ova aura, kao i mnoge druge pojave kakve su krvotok, boja kože, temperature tela, elektromagnetno i elektrostatičko polje, mikrotreperenja, menja sa energetske stanjem subjekta, ne postoji osnova za donošenje zaključka da je ova aura ki.

Reč za ki u različitim kulturama se obično povezuje i sa rečju "dah" i sa rečju "duh" povezujući materijalno i nematerijalno. Zaista, latinska reč "spiritus" takođe znači i "dah", a ova veza je još

uvek prisutna i u našim rečima “izdahnuti” i “udahnuti” koje imaju dvostruko značenje. U grčkom, reč je “pneuma”, u sanskritu “prana”, u kineskom “či”, u Polineziji “mana”, u hebrejskom “ruah” (ruach), kod Bušmana “n/um” (ovo / predstavlja pucketanje jezikom). Na Zapadu su u poslednje vreme razvijani različiti izrazi i zamisli, mada ni jedna nije usvojena kao opšta: “magnetski fluid” Antona Mesmera, Rajhenbahov (Reichenbach) “od” i W. Rajhov “orgon”.

Ki je energije neraskidivo spojena sa životom i svešću koja može ostvariti neposredne učinke i promene u materiji i fizičkim energijama. Zaista, delovanje kija se često povezuje sa električnim i magnetnim promenama, a ove su izgleda samo sporedna posledica glavnog delujućeg načela. Ki se može usmeriti svesnom namerom. Ki se kreće kao dim, kao voda, teče, ima obrazac i “gustinu”, a ipak je bezobličan. Može se proizvoditi i sakupljati u telu i time povećati sposobnost za sve vrste delanja i iskustva. Može se osećati njegovo kretanje kroz telo kao kretanje toplote ili hladnoće, kao lakoća ili otežalost, glatko ili hrapavo, širenje ili skupljanje. Na planu osećanja on odgovara Frojdovom libidu. Kada se razvija svesno, najšćeće se oseća prvo u rukama kao toplota, u vidu žmaraca i otežalosti. Moguće je osećati ruke kao da prolaze kroz magnetno polje; kada se približe jedna drugoj tako da šake izgledaju kao da drže loptu i lagano se pomeraju, moguće je osetiti “magnetno polje”

između. Ali ovo polje nije doslovno magnetno polje, ono na koje misle fizičari kada koriste ovu reč, već se to radi o “životnom magnetizmu”, o polju kija. Sa daljim vežbanjem ki počinje da se oseća u celim rukama, nogama i u telu, a posebno u predelu tan-dena (tačke u donjem stomaku, *prim. ured.*), takođe se može primetiti oko tela, kako se prostire između tela i drugih ljudi i stvari na rastojanju. Ovo osećanje postaje nov način opažanja i delovanja; bolje rečeno, radi se o svesnom otkrivanju osnovnog, izvornog načina doživljavanja sveta. Tok kija se može osetiti i svesno usmeriti unutar i oko tela; ovo, prirodno, može uticati na tok kija unutar i oko drugih ljudi; sa izuzetno razvijenim kijem to može poprimiti vid snažnog delovanja na mentalna stanja i telesne pokrete, a sa rastojanja i kao vid psihokineze i telepatske hipnoze.

Ki se razvija kroz svesno povezivanje telesnog kretanja, disanja i usredsređenja pažnje. U mnogim vežbama za razvijanje kija, telo (pretpostavlja se ispravnog držanja) se lagano kreće, prelazeći tečno iz pokreta u pokret koji su, kao obrasci, usklađeni sa prirodnim pokretima skeletno-mišićne strukture i sa tokom kija (ovi se naime podudaraju, budući da su obrasci toka kija, u stvari, podloga i uzor zgušnjavanja telesne strukture). Ritam disanja se povezuje sa kretanjem, a svest je uvučena u igru zamišljanjem da je dah sam tok kija, a što može biti vizualizovano kao zlatan fluid koji prožima i obuhvata delove tela u pokretu

(treba se prisetiti Uešibinog opisa svog transcendentnog doživljaja iz 1926. *prim. ured.*) Svest je usredsređena bez napetosti i potpuno otvorena u celokupnom polju delovanja. Prirodno je da se izvođenje ovakvih vežbi može naučiti samo kroz neposrednu, ličnu obuku.

Tako razvijen ki može biti pohranjen, obično u hari (u donjem stomaku i karlici), i voljno usmeren kroz bilo koji poduhvat. U mnogim isceliteljskim postupcima koristi se usmeravanje kija ka oslabljenim, obolelim mestima, a da bi se pokrenuo tok kija samog obolelog kroz telo, čime se ponovo uspostavljaju ispravne funkcije. Kaligrafi usmeravaju svoj ki i unose ga u kretanje četke, a ratnici u mač.

Upravo kao što se i elektricitet javlja u dva vida, kao visoki napon i mala struja (na primer, u dalekovodima je struja visokog napona pomoću kojeg se elektricitet prenosi kilometrima bez velikog utroška) i kao niski napon i velika struja (koja može usijati neko grejno telo u kući), tako se i ki pokazuje u vidu različitih “struja” i “napona” - ki “niskog napona i velike struje” ima daleko jače telesne učinke, a ki “visokog napona i male struje” je mnogo “eteričniji”, povezan sa čistom svešću i onostranim (transcendentnim) iskustvima. Tako, kao što postoji zadatak da se sabere ki, postoji i zadatak da se “preradi” da se “podigne njegov napon” i uspostavi veza sa širim, prodornijim nivoima svesti. ❀

Umeće ljubavi

Erik From

Izvod iz knjige "Umeće ljubavi" Erika Froma. Sami pojmovi ljubavi i davanja kojima se ova knjiga bavi jako su bliski onome do čega je O sensei došao u okrilju jedne sasvim različite kulture kreirajući aikido.

(izvod iz poglavlja: II Teorija ljubavi)

Šta je davanje? Iako nam se čini da je odgovor na to pitanje jednostavan on je zapravo vrlo dvosmislen i zamršen. Najrasprostranjenije nerazumevanje je ono koje pretpostavlja da je davanje "odricanje od" nečega, lišavanje ili žrtvovanje. Osoba čiji se karakter nije razvio iznad nivoa receptivne, izrabljivačke ili sakupljačke orijentacije, doživljava akt davanja na taj način. Tržišni karakter je voljan da daje, ali samo ako zauzvat prima: davanje bez primanja njemu u

se čini kao prevara. Ljudi koji su pretežno neproductivni osećaju davanje kao osiromašenje. Zato većina pojedinaca tog tipa odbija da daje. Neki davanje smatraju vrlinom u smislu neke žrtve. Oni misle da, upravo zato što je bolno dati, čovek mora da daje; za njih je vrlina davanja u samom činu prihvatanja žrtve. Norma da je bolje dati nego primiti za njih znači da je bolje trpeti lišavanje nego doživeti radost.

Za produktivni karakter davanje ima potpuno drugačije značenje. Davanje je najviši izraz moći. U sa-





mom aktu davanja ja doživljam svoju snagu, svoje bogatstvo, svoju moć. To iskustvo pojačane vitalnosti i moći ispunjava me radošću. Doživljam sebe kao bogatog, darežljivog, živog i zato radosnog. Davanje je veći izvor radosti od primanja, ali ne zbog toga što je lišavanje, već zbog toga što u aktu davanja dolazi do izražaja moja životnost.

Nije teško uočiti valjanost toga principa ako ga primenimo na različite specifične fenomene.

(...)

Međutim, najvažnija oblast nije oblast materijalnih dobara, već je ona u specifično ljudskom domenu. Šta jedna osoba daje drugoj? Ona daje od sebe, od najskupocenijeg što ima, ona daje od svog života. To ne znači nužno da ona žrtvuje svoj život za drugu osobu - već da joj daje od onoga što u njoj živi; ona joj daje od svoje radosti, svog interesovanja, razumevanja, znanja, humora, od svoje tuge - sve izraze i manifestacije onoga što u njoj živi. Takvim davanjem od svog života ona obogaćuje drugu osobu, ona pospešuje životnost drugog, pospešujući i svoju sopstvenu. Ona ne daje da bi primila; davanje je samo po sebi izuzetna radost. Ali, u davanju ona ne može a da nešto ne oživi u drugoj osobi, i upravo to što je oživljeno reflektuje se povratno na njoj. U istinskom davanju ona ne može a da ne primi ono što joj je uzvraćeno. Davanjem činimo i

drugu osobu davaocem i zajedno delimo radost što je, zahvaljujući obema, nešto zaživelo. U činu davanja nešto je rođeno i obe osobe koje učestvuju u tom činu zahvalne su za život koji je za njih rođen. Primenjeno na ljubav to znači: ljubav je moć koja proizvodi ljubav; impotencija je nesposobnost da se proizvede ljubav.

Ovu misao je lepo izrazio Marks: "Uzmimo", kaže on "čovaka kao čoveka i njegov odnos prema svetu kao ljudski odnos, tada možeš ljubav zameniti samo za ljubav, poverenje za poverenje, itd. Ako želiš da uživaš u umetnosti, moraš da budeš umetnički obrazovana osoba; ako želiš da imaš uticaj na druge ljude, moraš da budeš osoba koja postiže i unapređuje druge. Svaki tvoj odnos prema čoveku i prema prirodi, mora biti određeno ispoljavanje tvog stvarnog individualnog života, koje odgovara predmetu tvoje volje. Ako voliš a ne podstičeš ljubav, to jest, ako tvoja ljubav kao takva ne proizvodi ljubav, ako kao osoba koja voli životnim ispoljavanjem ne postaneš voljena osoba, onda je tvoja ljubav nemoćna, ona je nesreća."

Ali, davanje ne znači primanje samo u ljubavi. Nastavnika uče njegovi učenici, glumca stimuliše publika, psihoanalitičara leči njegov pacijent - pod pretpostavkom da se oni ne tretiraju kao objekti već da su povezani istinski i produktivno.

Bodidarma (Ta Mo, 达摩) i kineske borilačke veštine

Saša Obradović



Teško je utvrditi kada se prvi put počela upotrebljavati veština borenja rukama i nogama, ali se smatra da je stara više od 4000 godina. Prve pisane tragove o veštini borenja možemo naći u knjizi „I Ching” (knjiga kosmičkih promena), za koju se smatra da je stara više od 2000 godina. Vrlo sistematizovan pristup veštini borenja nalazimo i u jednom poglavlju knjige „Hana”, koju je napisao Pan Kuo (32 - 90. god.). Poglavlje o borenju zauzima 199 stranica, na kojima se opisuju metode treninga i razne vežbe za jačanje ruku i nogu.

U legendama se spominje da je indijski kaluđer Bodidarma (kod Kineza poznat kao Ta Mo, a kod Japanaca se spominje pod imenom Daruma Taishi), došao 520. godine u Kinu. Na svom putu, Ta Mo se

zaustavio u manastiru Šaolin (Shaolin) u provinciji Honan.

Bodidarma, koji se smatra osnivačem Zen budizma, (Čan budizma na Kineskom) postavio je i temelje borilačkih veština u Šaolinu. O njemu se istorijski zna da je rođen kao pripadnik vladarske porodice u Južnoj Indiji negde oko 440. godine n.e. Bio je učenik 27. patrijarha indijskog budizma Prajnatare koji mu je dao i ime Bodidarma, preneo celokupno znanje, i na kraju ga proglasio svojim naslednikom. Prajnatare je naložio Bodidarmi da svoje učenje prenese u Kinu.

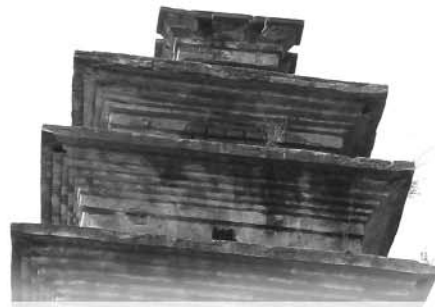
Po dolasku u Kinu, u prvo vreme, Bodidarma je bio dobro dočekan od Kineske vlade i uspeo je da zakaže prijem kod cara Wu Dija iz Liang dinastije. Car nije izgleda shvatio sustinu Bodidarminog učenja i on je napustio dvor i krenuo na sever, prešao reku Yangce i na kraju stigao u Šaolin manastir.

U Šaolinu je pokušao da kaluđere nauči svojoj meditaciji u sedećem položaju, ali ona se pokazala preteška za učenje i on napušta i Šaolin. Posle devet godina se vratio, ali ovog puta sa novim sistemom učenja, koji se sastojao od izvesnih fizičkih pokreta, koji su se izvodili sinhronizovano sa disanjem i dubokom koncentracijom,

uz vizualizaciju energetskih centara tela. Ovaj sistem vežbi je bio mnogo interesantniji za kaluđere Šaolina, jer je u njima učestvovalo celo telo: pogled je bio usmeren netremice napred; jezik se prislanjao uz nepce; dijafragma se posebnim načinom disanja pritiskala na dole; pluća su pri izdisaju proizvodila specifičan zvuk, itd.

Postoje mnoge priče koje se tiču Bodidarminog boravka u Šaolin manastiru. Najpoznatija je priča koja govori o njegovoj devetogodišnjoj meditaciji u pećini na steni u blizini manastira (to je baš ono vreme između dve posete manastiru). Dakle, proveo je sve te godine sedeći na jednom mestu i gledajući u zid i kada je na kraju devete godine doživeo prosvetljenje, njegov lik se ocrtao na zidu pećine u koji je gledao, i ta slika se i danas može videti. Jednom prili-





kom, tokom devetogodnjoj meditacije, pažnja mu je opala i on je zaspao. Legenda kaže da je kada se probudio bio toliko ljut na sebe zbog svoje slabosti da je odsekao svoje očne kapke i bacio ih ispred pećine. Njegovi očni kapci su se tad pretvorili u biljke čaja.

Posle devetogodnjoj meditacije, bodidarma je upoznao monahe Šaolin manastira sa novom formom budizma - Ch'an (Zen) Budizmom. Bodidarma ili Ta Mo preminuo je u Longmenu, Luoyang 536. godine.

Nekoliko godina posle njegove smrti, zvaničnici su prijavili susret sa Bodidarmom na planinama u centralnoj Aziji. Navodno, on je išao i nosio štap na kome je bila okačena jedna sandala, a na pitanje gde se zaputio, odgovorio je da se vraća kući u Indiju. (setite se sandale iz sjajnog filma "Brajanovo žitije" od Monti Pajtonovaca!). Njegovi sledbenici su posle ovih priča otvorili njegov grob, koji je, sigurno već pogađate, bio prazan, sem jedne sandale koju su tamo našli. Ovo naravno nisu istorijske činjenice iako milioni ljudi 2000 godina unazad veruju u skoro identičan događaj!

Ono što je nesporno, je veliki doprinos Bodidarme kineskoj civilizaciji, i činjenica da je dao osnovne koncepte Zen budizma.

On je po prvi put integrisao fizički i mentalni trening i tako borilačke veštine podigao na do tada neslućen nivo.

Uveo je nov način upražnjavanja meditacije, poznat kao "18 pokreta Lo Hana" na kineskom, a na japanskom su se ove vežbe zvale „Ekkien-kyo". Vremenom je ovaj sistem meditativnih kretnji našao primenu u veštini borenja,



gde se aktivnom koncentracijom i kontrolom disanja aktivirala energija tela (na kineskom: Chi (Či), na japanskom: Ki). Ta koncentrisana energija je trebalo da se sakupi u tandenu, tački u donjem stomaku i energetske centru tela, tako da čovek postane čvrst i stabilan kao stena.

Primenjujuci „Lo-han" vežbe, kaluđeri Šaolina postali su poznati po svojoj snazi i ratničkoj veštini. Šaolin škola manastirskog boksa bila je naročito popularna u vreme

Tang dinastije (618.-907.). Tri stotine godina posle Bodidarme, Šaolin kaluđer Tsu Yuan, poznat po svojoj veštini borenja, krenuo je po Kini tražeći velike majstore borilačkih veština kako bi ih doveo u manastir i još više unapredio postojeće sisteme borenja. U severnoj Kini sreo je jednog starog čoveka sa imenom Li. Sreli su se u nezgodnoj situaciji po Lija. Okružilo ga je nekoliko mlađih ljudi koji su hteli da ga napadnu.

Kada je borba počela, on je primio nekoliko snažnih udaraca u telo, na koje nije reagovao. Zatim se pokrenuo i učinio nekoliko pokreta dodirujući napadače, koji nakon toga popadaše na sve strane. Yuan zamoli starog čoveka da pođe sa

njim, kao bi svoje znanje preneo učenicima Šaolina. Li je imao prijatelja Pai Yu Fenga, koji je bio jedan od najboljih boksera u Shensi provinciji. Specijalnost Fenga su bile "Chi Kung" (energetske vežbe disanja) i veština borenja sabljom. Njih trojica su otišli u Shaolin i svim srcem se posvetili usavršavanju postojećih borilačkih veština. Dotadašnjim su dodali novih 170 pokreta, koje su uklopili u 5 formi koje su se zvale: tigar, ždral, zmaj, leopard i zmija. Kasnije su se iz ovih osnovnih sistema borenja razvile druge škole borilačkih veština, koje su u borbi oponašale pokrete raznih životinja.

Uporedo, sa uticajem taoizma, u borenje su uključeni tadašnji filozofski principi Yina i Yanga, suprotnih sila koje deluju u Univerzumu, na zemlji i u samom ljudskom telu.

U skladu sa medicinskim znanjem tadašnjeg vremena (akupunktura, masaže, moksa, upotreba lekovitog bilja), razvile su se i druge specifične tehnike.

Mnogi poznati učitelji borenja su sa sobom u grob odneli svoje „tajne” tehnike, jer su verovatno smatrali da nema nikog od njihovih učenika, koji bi bili dostojni da ih naslede u veštini.

Šaolin manastir je, kroz svoju dugu istoriju, bio nekoliko puta uništavan jer su tadašnji vladari smatrali da njegova popularnost i moć mogu postati opasni po njih. Preživeli kaluđeri su se razišli po celoj Kini, prenoseći svoju veštinu. Vremenom su se razvile mnoge škole (stilovi), a izvorne tehnike su doživele mnoge transformacije i modifikacije, što je zavisilo od onih koji su ih prenosili, njihovog shvatanja i ličnog razumevanja tehnika, fizičkih mogućnosti, društvenih prilika i komercijalizacije u naše vreme.

Škole Šaolina najčešće se dele

na spoljašnje - čvrste, i na unutrašnje - meke.

❖ Spoljašnja - čvrsta škola bazira se na razvijanju fizičke snage mišića i tetiva putem fizičkih vežbi. Glavna karakteristika ovih škola je spoljna manifestacija snage kroz fizički pokret. Ovoj grupi pripada danas najveći broj škola “kung-fua”, a od nje se razvio i najveći broj okinavljanskih i japanskih karate škola.

❖ Unutrašnji, meki sistemi bazirani su na vežbama disanja, koncentraciji i vizualizaciji u pokretu, sa ciljem da se probudi vitalna energija tela (Ki) u već pomenutoj tački koja se nalazi malo ispod pupka. Kinezi taj predeo zovu „Tan-tien”, a Japanci „Tanden”. Oduvek se na Istoku smatralo da je snaga, koja se na taj način razvijala, neuporedivo veća od one koja se može ispoljiti samo fizičkim vežbanjem. Ovom sistemu borenja pripadaju danas poznate škole kineskog boksa: “Tai Chi Chuan”, “Pa Kua Chang”, “Hsing I” i još neke druge. Ideja aikidoa bliža je ovim školama.

❖ Postoji i treći sistem, koji je po svojim principima polu čvrst - polu mek, naslednik ove škole je danas “Uechi ryu”.

Druga česta klasifikacija kineskih borilačkih veština oslanja se na geografske razlike, tj. na severne i južne stilove. Ova se klasifikacija koristi posebno u Kini. Kao srednji i neka vrsta veza između ovih škola često se navodi šaolinski stil, ali generalno važi podela na severne i južne stilove. Glavne karakteristike ovih stilova su:

❖ severni: široki, prostrani pokreti, brza trčanja, skokovi i visoki udarci nogama (nalik Teek Won Do-u);

❖ južni: kratki, eksplozivni pokreti, viši stavovi, malo trčanja i skokova (klasičan primer je “Wing Chun”).

Kao što je i Čan budizam došavši u Japan temeljito promenio japansko društvo i kao Zen ušao u sve njegove pore, tako su i borilačke veštine nadahnute Bodidarminim duhom postale neraskidiv deo japanske kulture.

Kada sednemo u seizu na početku ili kraju aikido treninga, i zatvorimo oči, i kada lagano uradimo izdisaj trudeći se da budemo oslobođeni misli, iako vekovima i hiljadama kilometara daleko od ove priče, na trenutak postajemo i mi njen deo. ❖





Manga strip

Saša Obradović



Prvi put se reč manga pojavljuje 1814. godine kada je upotrebio japanski umetnik u duborezu Hokusai Katsushika. Termin se nije upotrebljavao sve do početka 20. veka. Reč manga može značiti karikatura, crtež, strip ili animacija. Danas se u Japanu mogu čuti još dva termina i to su: gekige (označava ozbiljni realistični strip) i komukusu (japanska varijanta engleske reči koja označava strip).

Manga (japanski strip) je prošao dug istorijski period potpuno izolovan od svih uticaja iz Evrope i Amerike. Kada je budistički monah Toba (živeo je u 12. veku i crtao je "životinjske svitke") stvarao svoje prve crteže, u Evropi nije bilo ničega približno sličnog ovome.

Poznavanje istorije japanskog stripa je veoma važno da bi se fenomen manga i anima danas mogao posmatrati na pravi način. Japanski crtači polažu mnogo na tradiciju. Mnogi crtači danas traže

motive i inspiraciju iz prošlosti, neki čak i u potpunosti prenose likove davnih slika u današnje stripove.

U današnjem Japanu manga magazini su najefikasniji način da se stigne do masovne publike i da se utiče na javno mišljenje. Strip u Japanu gotovo da ima isti socijalni



status kao film ili roman, što potvrđuje podatak da su od ukupnog broja knjiga i magazina u 1995. godini u Japanu 40% činile mange.

Sa ogromnim tržištem u Japanu, manga obuhvata široko polje različitih tema koje zadovoljavaju i različite interese čitalaca. Popularna manga namenjena širokom čitalaštvu obično uključuje SF, akciju ili komediju. Neki od najpopularnijih serijala, na primer, zasnovani su na korporativnom biznisu (Shima Kousaku), rođaku iz Kine (Iron Wok Jan), kriminalističkom trileru (Monster) ili vojnoj politici (The Silent Service). Mnogi od ovih žanrova se



dobro uklapaju i u anime (često adaptacije mangi) i japanske video igre (neke su takođe adaptacije mangi).

Manga formati

Manga časopisi obično sadrže po



nekoliko serijala koji uporedno izlaze u jednom izdanju, na 20-40 stranica po broju. Ovi manga časopisi ili "antologijski časopisi" koje nazivaju i "telefonski imenici", obično se štampaju na novinskom papiru lošijeg kvaliteta i najčešće imaju između 200 i 850 stranica.

Posle nekog vremena izlaženja serijala, nastavci se obično spajaju i štampaju u obliku knjiga, takozvanih tankobona. Ova izdanja štampana su na papiru većeg kvaliteta i služe da bi novi čitaoci mogli da se "prikluče" serijalima u časopisima ili ih kupuju kolekcionari. U novije vreme, štampaju se i luksuzna izdanja namenjena isključivo kolekcionarima. Reprinti starih mangi štampaju se na papiru bednog kvaliteta i prodaju po ceni od 100 jena (približno 1\$).

Manga je prvenstveno klasifikuju po godištu i polu ciljne grupacije. U praksi, knjige i časopisi za dečake (shonen) i devojčice (shojo) imaju različiti stil naslovnica i u većini knjižara stoje na odvojenim policama.

U Japanu postoje i manga kafei, poznati i kao manga kisaten. U

manga kisatenima, mušterije piju kafu i čitaju mangu. Za razliku od većine zapadnih filmova i stripova, manga je namenjena čitaocima svih uzrasta.

Ako pogledate crtani sa junakom koji ima ogromne oči znajte da je animirani film potekao iz ove tradicije stripa (mada se pri nekim standardnim izrazima lica u manga crtežu oči praktično i ne crtraju već se ostavlja samo gornji luk sa ili bez zenica koje su tada crne tačke). Onima koji imaju decu mlađu od 10 godina, imam tu sreću, je uglavnom preko glave ovih visokoproduktivnih ostvarenja ("Naruto Uzumaki", npr.). Ovi filmovi se najčešće na zapadu nazivaju "Anime" filmovi.

Postoje i "Hentai" ili "Eči" stripovi i filmovi koji se bave erotskom tematikom, ali o njima ovde neće biti reči (a ni slika!) pošto je ovaj bilten namenjen svim uzrastima. Ove stripove i fimove ćete odmah prepoznati ako vam dođu do ruku - svakakva preterivanja u njima se podrazumevaju, ne samo velike oči! ❀



AK "ZEMUN"

SC "Barać", Zemun
tel: 064 125.10.71
aikikai@beotel.rs
Saša Obradović 4.dan
Katarina Novaković 1.dan

AK "SHIN KEN"

"Hala Sportova", N.Beograd
tel: 064 18.25.829
shinken1@scNET.rs
Novak Jerkov 4.dan
Nebojša Oklobdžija 4.dan

AK "RONIN"

OŠ "Mladost", N.Beograd
tel: 064 301.98.89
rusics11c@yahoo.com
Srdan Rusić 2.dan

AK "YAMATO-KAN"

KUD "Gradimir", Beograd
064 124.1226
yamatokan@gmail.com
Edin Bečković 3.dan
Predrag Tadić 2.dan

AK "KYOFU"

balon FK "Brodar", N. Beograd
063 868.888.3
Aleksandar Nikolić 2.dan
Ivan Todorović 2.dan

AK "WAKIAI-KAN"

"Chartwell Scholl", Beograd
ktsuda@EUnet.rs
Kanoko Tsuda 1.dan

AK "ARENA"

SC "Voždovac", Beograd
Fitnes centar "D.D.", N. Beograd
tel: 063 803.27.28
oklobdzija@sbb.rs
Nebojša Oklobdžija 4.dan

AK "BUDO"

Heroja Pinkija 2, Novi Sad
063 77.81.895
kula@neobee.net
Duško Kulačin 1.dan

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

OŠ "Ćele Kula", Niš
tel: 064 13.09.225
ikedaa@EUnet.rs
Igor Strahinić 3.dan

AK "I.K.E.D.A. 二"

Doljevac
064 16.65.951
ikedaa@EUnet.rs
Srdan Đorđević 1.kyu

AK "I.K.E.D.A. 三"

MtŠ "12.februar", Niš
tel: 063.63.90.038
igor_s@EUnet.rs
Milan Bošković 2.dan
Dejan Žikić 2.dan

AK "I.K.E.D.A. 四"

"Gimnazija", Kruševac
064 19.67.424
ikedaa@EUnet.rs
Zoran Lukić 1.kyu

AK "I.K.E.D.A. 五"

Aleksinac
064 19.67.372
ikedaa@EUnet.rs
Stevan Đorđević 3.kyu

AK "DAITOKAN"

OŠ "D. Obradović", Požarevac
tel: 063 493.888
daitokan@ptt.rs
Aleksandar Punoš 2. dan

AK "SENSEI"

"Car Konstantin", Niš
tel: 062 21.21.56
sensei_Taske@yahoo.com
Ivan Tašić 2.dan

