

Aikikai Srbije

# 合気道



Društvo za tradicionalnu japansku kulturu - Aikikai Srbije

合気会 セルビア



Aikikai Srbije

aikido bilten · broj 12 · mart 2013.

*“30 godina i jedan mesec”*

*“Telo u budou”*

**Aikikai Srbije**  
društvo za tradicionalnu japansku kulturu  
zvanično je priznata organizacija od strane  
Aikikai Foundation, Aikido World  
Headquarters-a, Tokyo JAPAN

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Natsuko, Ikenaga Yasunari (池永康晟), slike na lanenom platnu, 2012.

### Aikikai Srbije

#### UPRAVNI ODBOR

*Saša Obradović, pred.  
Novak Jerkov  
Igor Strahinić  
Radivoje Janković*

#### SHIDOINI:

*Saša Obradović 5. dan  
Novak Jerkov 5. dan*

#### FUKUSHIDOINI:

*Edin Bečković 4. dan  
Radivoje Janković 4. dan  
Aleksandar Zdravković 4. dan  
Igor Strahinić 4. dan*

#### Ispitna komisija za DAN:

*Saša Obradović 5. dan  
Novak Jerkov 5. dan  
Radivoje Janković 4. dan  
Aleksandar Zdravković 4. dan*

#### Sadržaj

Klubovi i dođoi Aikikai Srbije	3
Novosti 2012.	4
<b>DOGAĐANJA 2012.</b>	6
Godina 2012.	7
30 godina i jedan mesec 2012. s. Obradović	8
Polaganja za kyu i dan u 2012.	10
Program i uslovi za kyu i dan pojaseve	12
<b>AIKIDO</b>	18
“Telo u Budou”, 1.deo i 6.deo, H. Tada	21
“Uloga starijih učenika (sempaija)”, G. O` Connor	23
“Mehanizam disanja u aikidou”, I. Tašić	31
“Čuvajte se aikidoke” T.K. Chiba	33
“Aiki Ken” i “Aiki Jo”	36
“Beograd - Tokyo - put i aikido” A. Pavlović	38
<b>UKUS BANZOVOG MAČA</b>	40
“Zen i umetnost gađanja iz luka”, E. Herigel	45
“Nepokretljiva mudrost”, Takuan sensei	46
	50

*Aikido bilten - broj 12  
tiraž 650 kom.*

*Društvo za tradicionalnu  
japansku kulturu  
Aikikai Srbije - Beograd*

**Urednik:**  
Saša Obradović

**Saradnici u ovom broju biltena:**  
Katarina Novaković, Aleksandar  
Pavlović - Čuki, Ivan Tašić

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

**Štampa:**  
“Sapient graphics”, Beograd  
**mart 2013.**

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

## AIKIDO KLUBOVI I DODGOI

članovi Aikikai Srbije



### Aikikai Srbije

#### 1. AK "ALFA"

OŠ "Dositej Obradović"

Bela Crkva

tel: 062 196.7770

e-mail: markobc@live.com

Marko Bojat 1.kyu

#### 2. AD "BUDO"

Heroja Pinkija 2,

Novi Sad

tel: 063 77.81.895

e-mail: kula@neobee.net

Duško Kulačin 2.dan

#### 3. AK "CENTAR"

Sjenička 1, Beograd

tel: 063 353.402

e-mail: office@aikido-centar.org.rs

Radivoje Janković 4.dan

Marija Milosavljević 2.dan

Nenad Đukanović 2.kyu

#### 4. AK "DAITOKAN"

OŠ "Dositej Obradović"

Požarevac

tel: 063 493.888

e-mail: daitokan@hotmail.com

Aleksandar Punoš 3.dan

Aleksandar Jovanović 1.dan

#### 5. AK "EDO"

SC "Voždovac", Beograd

tel: 064 124.1226

e-mail: e.beckovic@gmail.com

Edin Bečković 4.dan

Kanoko Tsuda 2.dan

#### 6. AK "EIKI"

Jablanička 3i, Cerak,

Beograd

tel: 063 18.003.18

tel: 069 353.40.20

e-mail: office@aikido-eiki.rs

Marija Milosavljević 2.dan

Stefan Marković 1.dan

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

Majke Jevrosime 2A, Niš

tel: 063 10.45.269

e-mail: ikedanis@gmail.com

Igor Strahinić 4.dan

Vesna Strahinić 1.dan

#### 8. AK "I.K.E.D.A.2"

Malošičte

tel: 064 16.65.951

e-mail: ikedanis@gmail.com

Srđan Đorđević 2.dan

#### 9. AK "KOŠAVA"

Resavska 78, Beograd

tel: 060 055.7606

e-mail: akkosava@gmail.com

Aleksandar Zdravković 4.dan



**10. AD "KRUŠEVAC"**  
**"Gimnazija",**  
**Kruševac**  
 tel: 064 19.67.424  
 e-mail: ikeda@eunet.rs  
**Zoran Lukić 1.dan**  
**Milan Milanović 1.dan**

**11. AK "OKAMI"**  
**Aleksinac**  
 tel: 064 19.67.372  
 e-mail: okami.aleksinac@gmail.com  
**Stevan Đorđević 1.dan**

**12. AD "OZREN"**  
**Svetog Save 78,**  
**Soko Banja**  
 tel: 063 80.14.744  
 e-mail: nikola.ivanovic@gmail.com  
**Nikola Ivanović 2.dan**

**13. AK "PROKUPLJE"**  
**OŠ "9. oktobar",**  
**Prokuplje**  
 tel: 061 2.145.63.90  
 e-mail: juga22@krstarica.com  
**Jugoslav Stanković 2.dan**

**14. AD "SINĐELIĆ"**  
**O. Župančića 49,**  
**Novi Beograd**  
 tel: 064 227.57.58  
 e-mail: ak.sindjelic@gmail.com  
**Ivan Todorović 3.dan**

**15. AD "SHIN KEN"**  
**"Hala Sportova"**  
**Novi Beograd**  
 tel: 064 18.25.829  
 e-mail: novakjerkov@yahoo.com  
**Novak Jerkov 5.dan**

**16. AK "SHOGUN"**  
**"Hemijska škola"**  
**Kruševac**  
 tel: 069 14.114.65  
 e-mail: dragutinovic@live.com  
**Duško Dragutinović 1.dan**

**17. AD "SENSEI"**  
**OŠ "Car Konstantin", Niš**  
 tel: 062 21.21.56  
 e-mail: sensei\_taske@yahoo.com  
**Ivan Tašić 3.dan**

**18. AD "SUNCE"**  
**Zmaj Jovina 10a,**  
**Vršac**  
 tel: 064 14.114.65  
 e-mail: ak.sunce@gmail.com  
**Ninela Vaštag Crnobrnja 2.dan**

**19. AD "TAKA" - Merošina**  
**Dom kulture, Merošina**  
 tel: 064.63.90.038  
 e-mail: dejan.zikic@gmail.com  
**Milan Bošković 3.dan**  
**Miomir Nikolić 1.kyu**

**20. AD "TAKA" - Niš**  
**Kraljevića Marka br 4, Niš**  
 tel: 064.63.90.038  
 e-mail: dejan.zikic@gmail.com  
**Milan Bošković 3.dan**  
**Dejan Žikić 2.dan**

**21. AK "TENŠIN"**  
**sala "Gimnazije", Piroat**  
 tel: 063 85.933.92  
 e-mail: miki@tehnikom.info  
**Aleksandar Petrović 2.dan**  
**Milan Andrejić 1.dan**

**22. AK "VLASOTINCE"**  
**DVPR "PARTIZAN", Vlasotince**  
 tel: 064 227.12.25  
 e-mail: milos.cuki@gmail.com  
**Miloš Stanković 1.dan**  
**Bratislav Davinić 2.kyu**

**23. AK "YAMATOKAN"**  
**studio "Argon",**  
**M. Šapčanina 8, Beograd**  
 tel: 064 129.17.99  
 e-mail: yamatokan@gmail.com  
**Predrag Tadić 3.dan**

**24. AD "ZEMUN"**  
**SC "Barać", Zemun**  
 tel: 069 125.10.71  
 e-mail: aikikai.serbia@gmail.com  
**Saša Obradović 5.dan**  
**Katarina Novaković 2.dan**

# 合気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

## Novosti <sup>2012.</sup>

### iz aikidoa - kod nas i u svetu

#### Aikikai Srbije

Od marta meseca 2012. "Aikido federacija Srbije - Aikika Srbije" nastavlja svoj rad pod imenom: "**Društvo za tradicionalnu japansku kulturu - Aikikai Srbije**". Bilo je nemoguće preregistrovati staru organizaciju i novu možete smatrati klonom stare - u tehničkom, idejnom i svakom drugom smislu - promene će se odnositi isključivo na sam naziv.



Ideja da se istakne da je aikido plod bogate japanske kulture i boričких umetnosti, a nikako sport nije slučajna, bio je to jedan od osnovnih motiva za ovu malu evolutivnu promenu u nazivu.

#### Antropološka analiza aikidoa



Krajem aprila 2012. izašla je prva knjiga domaće autorke Katarine Novaković, "Antropološka analiza aikidoa" na 103 strane.

#### Rene VDB 1941 - 2012.



Početkom godine, iste nedelje kad i Fuđimoto sensei, 14. februara 2012. napustio nas je posle duge bolesti još jedan veliki majstor - Rene Vandrogenbroeck (VDB) 7.dan. Rene je 30 godina bio uz Tamura senseija u FFAB, ujedno je bio i zamenik tehničkog direktora Evropske iaido (Musō shinden ryū) federacije.

#### Aikikai Hombu Recognition



Od 1. marta 2012. dvanaest novih organizacija je istovremeno priznato od strane Hombu dođoa. Obično je jedna organizacija na dve godine ulazila u naše elitno društvo.

#### Novi klubovi AS

Od oktobra do kraja decembra meseca 2012. radio je nakratko AD "Sofu" iz Požarevca.

Sredinom oktobra 2012. počeo je sa radom i AD "Ozren" iz Soko Banje. Klub i dalje uspešno radi!

Klub iz Aleksinca je promenio ime, zvaće se ubuduće AD "Okami".

#### Program za polaganje AS

Od kraja 2012. kandidati za 2, 3, i 4. dan imaju kao uslov za izlazak na ispit da napišu kraći esej o aikidou. Esej ne sme biti stariji od 6 meseci od dana izlaska na polaganje.



Preporuka od strane Hombua vezana za ovo prisilno uslovljavanja kandidata na misaoni napor datira još od 1. aprila 2007.

Nadam se da je proteklih 6 godina od tada bilo dovoljno da se budući kandidati uz naše aikido časopise bar malo oplemene, opismene i nadahnu za predstojeći literarni izazov. Zamislite da padnete za dan ispit - iz eseja!

Izmene u programu koje su vezane za štamp i mač pogledajte u ovom biltenu (18-20. str.), biće primenjene od **15. juna 2013.** godine.

# 合気道

Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

## Događanja 2012.

Aikido seminari  
Polaganja  
Embukai



"12. Letnja aikido škola u Vrnjačkoj Banji", 2. avgust 2012. god.  
*Duško Kulačin 2.dan, Ogi i aji*

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

### Godina 2012.

aikido seminari, aikido škole, prikazi aikidoa



• Seminar u Kruševcu 2012. AK "Shogun"	8. januar 2012.	Kruševac	I.Strahinić 3.dan
• 1. ispit u Gospodincima 2012. AK "Budo"	23. januar 2012.	Gospodinci	S.Obradović 5.dan
• Seminar u Nišu 2012. AK "IKEDA"	28-29. januar 2012.	Niš	I.Strahinić 3.dan
• Seminar u Nišu 2012. AK "Sensei"	5. februar 2012.	Niš	S.Obradović 5.dan
• Seminar u Kruševcu 2012. AK "Kruševac"	3. mart 2012.	Kruševac	I.Strahinić 3.dan
• Seminar u Pirotu 2011. AK "Tenšin"	3. mart 2012.	Piroć	R.Janković 4. dan
• Seminar u Beloj Crkvi 2012. AK "Alfa"	11. mart 2012.	Bela Crkva	N.Jerkov 5.dan
• Seminar u Požarevcu 2012. AK "Daitokan"	1. april 2012.	Požarevac	S.Obradović 5.dan

• Seminar u Novom Sadu 2012. AK "Budo"	21. april 2012.	Novi Sad	S.Obradović 5.dan
• Embukai na Oblačinskom jezeru 2012. AD "Taka"	24. april 2012.	Oblačina	AK "Taka"
• Prolećni seminar u Beogradu 2012.	12 - 13. maj 2012.	Beograd	S. Obradović 5.dan, R. Janković 4.dan, A. Zdravković 4.dan
• Seminar u Prokuplju maj 2012. AK "Prokuplje"	26. maj 2012.	Prokuplje	R. Janković 4.dan
• 10. Seminar u Lukavcu - BiH 2012. AK "Gard"	9 - 10. jun 2012.	Lukavac, BiH	 S.Obradović 5.dan
• Seminar u Nišu 2012. AK "IKEDA"	16. jun 2012.	Niš	S.Obradović 5.dan
• Seminar u Nišu 2012. AD "Sensei" i AD "Taka"	17. jun 2012.	Niš	S.Obradović 5.dan
• Seminar u Kruševcu 2012. AK "Kruševac"	23. jun 2012.	Kruševac	S.Obradović 5.dan



# 合気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



• Seminar u Kruševcu 2012. AK "Shogun"	24. jun 2012.	Kruševac	I. Strahinić 3. dan
• AD "Shin Ken" Seminar u Beloj Crkvi	22 - 25. jun 2012.	Bela Crkva	N. Jerkov 5. dan
• Letnji aikido kamp 2012.	22 - 28. jul 2012.	Bajina Bašta	R. Janković 4. dan, A. Zdravković 4. dan
• 11. Letnja aikido škola Aikikai Srbije 2012.	30. jul - 5. avg. 2012.	Vrnjačka Banja	S. Obradović 5. dan, N. Jerkov 5. dan



• Noć borilačkih veština u Kruševcu 2012.	9. septembar 2012	Kruševac	Aikikai Srbije
• Seminar u Požarevcu 2012. AK "Daitokan"	29. septembar 2012.	Požarevac	S. Obradović 5. dan
• Seminar u Vlasotincu 2012. AK "Vlasotince"	7. oktobar 2012.	Vlasotince	R. Janković 4. dan
• Jesenji seminar u Beogradu 2012.	27 - 28. oktobar 2012.	Beograd	R. Janković 4. dan
• Seminar u Požarevcu 2012. AK "Daitokan"	11. novembar 2012.	Požarevac	A. Punoš 3. dan
• Seminar u Prokuplju 2012. AK "Prokuplje"	1. decembar 2012.	Prokuplje	R. Janković 4. dan
• "5. aikido trofej grada Niša" 2012.	1. decembar 2012.	Niš	S. Obradović 5. dan
• 30 godina i jedan mesec 2012.	2. decembar 2012.	Zemun	Aikikai Srbije
• Seminar u Novom Sadu 2012. AK "Budo"	8. decembar 2012.	Novi Sad	S. Obradović 5. dan
• 12. zimski seminar Aikikai Srbije 2012.	22 - 23. decembar 2012.	Zemun	S. Obradović 5. dan, N. Jerkov 5. dan
• Seminar u Kruševcu 2012. AK "Shogun"	30. decembar 2012.	Kruševac	I. Strahinić 4. dan

## 30 godina i jedan mesec 2012.

**Saša Obradović**

*5.dan, Hombu Dođo Shidojin*



Početak novembra, tačnije prvog, bilo je planirano da Noki Jerkov, Mire Zloh i ja napravimo mini seminar kojim bi obeležili naših zajedničkih 30 godina bavljenja aikidoom. Počeli smo u istom klubu sa razmakom od samo mesec dana i ostali, pored prostorne razdaljine, svih ovih godina na istom aikido putu. Imao sam strašnu nedoumicu kako to sve obeležiti a da ne bude proslava kojom polusvet slaveći izmišljene jubileje hvali sebe i razmeće se ličnim "uspesima". Ne smatram se skromnim, čak mislim da skromnost i nije neka vrлина (razmetljivost je zato i te kako mana), ali činilo mi se krajnje neukusno da se Noki i ja tapšemo

po leđima i da hvalimo jedan drugog dok nam kulturno pljeskaju učenici i gosti na treningu. U misli mi se stalno vraćao kralj razmetljivaca i aikido primitivaca, stručnjak za ovakve skupove. . .

Mire nam je tu došao kao spas - planirali smo da njemu kupimo neki poklon i zapravo da mu, zabašureći pravu prirodu seminara, time zahvalimo na angažovanju oko našeg aikikaia u prethodnih 10 godina. Bilo mi je baš simpatično kako smo mi napoljetku ostali i dalje zajedno, a oni oko kojih toliko angažovao više nisu sa nama.

Nažalost, iz duboko (jako duboko i bolno) subjektivnih razloga na

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



koje nažalost nisam mogao da utičem ovaj planirani seminar nije održan.

Duboko subjektivni razlozi su zarasli, Mire se vratio u London, ja sam se vratio u dođo, a ideja o obeležavanju godišnjice je delovala da može da sačeka jedno 10 godina...

Ali... Zavera se spremala! Kao što to i inače uvek biva, među kolovođaama su se našli moji najbliži učenici i žena sa kojom živim (naravno uvek je tu neka žena - obično baš ta pomenuta). Čak je i sin (nazovimo ga prikladno: mali Brut) bio o svemu ovom obavešten!

Većini vas, na epskoj poeziji vaspitanih i odnegovanih, verovatno je pala na pamet narodna mudrost u kojoj se pominju ranjeni vuk i zec, ali događaji su išli, srećom po mene, u suprotnom smeru.

Elem, grupa već pomenutih zaverenika su mi na treningu u nedelju 2. novembra 2012. spre-

mili iznenađenje: uručili su mi monografiju u kojoj su uz moje članke i slike svih nas iz predhodnih godina napisali i svoja razmišljanja, pesme, haiku poeziju i nešto na japanskom - inspirisani mojim likom i delom! Radilo se tu o velikom uloženom trudu, knjizi od 114 kolor strana! Miloš Todorović je za ovu priliku nacrtao i uramio karikaturu koju možete videti na predhodnoj strani.

Redovni nedeljni trening smo produžili za pola sata, a na kraju smo obradovali decu i ponekog starijeg sa sokovima, kolačićima i tek po nekim pivom.

Retko se desi da nas neki događaj (naročito prijatan) natera da pogledamo na svoj život kompletno unazad - zapravo, zatečen sam bio tim gestom - pogotovo kada još verujem da sam u dobu života kada su ljudi u punoj snazi. Godine u kojima sam danas imao je moj sensei Fudimoto 1995. kada sam položio u Zemun za 3.dan; u svoj 47. godini O sensei je tek došao sa porodicom u Tokio, tada je nastao

prvi Hombu dođo... Da li je ovo pola puta ili više od pola, da li aikido put nema veze sa godinama koje nam preostaju - možda se ubrzava ili usporava?

Ono što bih na kraju, uz veliku zahvalnost svima koji su u ovome učestvovali želeo da kažem je sledeće: Na kraju ispita za kju i dan pojas često sam govorio da sam ja sa druge strane kao ispitivač ogledalo koje vama pomaže da sebe vidite na objektivniji, ispravniji način. Svih ovih godina na svakom od treninga vi ste zapravo bili moje ogledalo u kome sam ja, gradeći sebe i svoju aikido priču, ugrađivao i bitan deo svih vas. Hvala vam još jednom na energiji, strpljenju i na ljubavi kojom ste mi uzvraćali sve ove godine. Hvala vam i što ćete to, verujem nastaviti i dalje.

Ja ću, sa svoje strane, dati sve od sebe da u nekoj novoj knjizi bude-  
mo opet zajedno - neka to bude ipak za 20 godina, još 30 bi bilo previše dugo čekati.

4. decembar 2012.

# 合気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



## Polaganja za kyu i dan

2012.

u periodu od 1. januara 2012. do 31. decembra 2012. godine

### 2012. god.

KRUŠEVAC, 08.01.2012.

**AK "SHOGUN",**

**Igor Strahinić**

Uroš Jovanović	12° KYU
Vojin Cvetković	10° KYU
Ognjen Cvetković	10° KYU
Dimitrije Jović	10° KYU
Đorđe Petrović	10° KYU
Strahinja Štatkić	10° KYU
Đorđe Čađenović	6° KYU
Nikola Hrnjak	6° KYU
Nemanja Kuzmanović	6° KYU

GOSPOĐINCI, 23.01.2012.

**AD "BUDO",**

**Saša Obradović**

Luka Mihajlović	11° KYU
Lazar Vukić	11° KYU
Jovan Ošap	10° KYU
Bojana Ilić	10° KYU
Marija Vasić	9° KYU
Jelena Marković	9° KYU
Nikola Kuhar	8° KYU
Nemanja Teofanović	8° KYU
Borislav Tepić	8° KYU
Marina Ilić	7° KYU
Maja Dabić	7° KYU
Jovica Knežević	7° KYU
Elvis Šabanović	7° KYU
Nikolina Kljajić	7° KYU
Božidar Ošap	7° KYU
Petar Malinović	6° KYU
Jasmina Ivanov	6° KYU

Marko Stojiljković	6° KYU
Dušan Bubalo	6° KYU
Igor Jovanović	6° KYU
Milica Hromiš	6° KYU
Dušan Gulić	6° KYU
Branka Erceg	6° KYU
Marijana Stojiljković	6° KYU

NIŠ, 29.01.2012.

**AK "IKEDA 5",**

**Igor Strahinić**

Katarina Ivković	10° KYU
------------------	---------

NIŠ, 29.01.2012.

**AK "IKEDA 2",**

**Igor Strahinić**

Nikolina Jovanović	5° KYU
--------------------	--------

NIŠ, 29.01.2012.

**AK "IKEDA",**

**Igor Strahinić**

Dimitrije Vasić	12° KYU
Aleksandra Mladenović	11° KYU
Nikolaj Velikinac	10° KYU
Pavle Nikolić	9° KYU
Ivona Sokolović	5° KYU
Slobodan Ignjatović	5° KYU
Zorana Stanković	4° KYU
Dušan Stefanović	4° KYU

NIŠ, 05.02.2012.

**AK "SENSEI",**

**Saša Obradović**

Matija Jončić	10° KYU
Ognjen Pavlović	10° KYU

Mia Ivanović	10° KYU
Dimitrije Đorđević	9° KYU
Đorđe Ećim	9° KYU
Mihajlo Ećim	9° KYU
Magdalena Jončić	9° KYU
Ivan Pavičić	9° KYU
Iva Ivanović	9° KYU
Ognjen Mitrović	9° KYU
Luka Milenković	9° KYU
Đurđina Miljković	8° KYU
Andrija Jovanović	6° KYU
Nemanja Budić	6° KYU
Stefan Miljković	5° KYU
Vladan Krstić	4° KYU

BEOGRAD, 12.02.2012.

**AK "CENTAR",**

**Radivoje Janković**

Danijel Cekić	6° KYU
Damir Omelić	6° KYU
Goran Matović	6° KYU
Veselin Nasufović	6° KYU

BEOGRAD, 18.02.2012.

**AK "KOŠAVA",**

**Aleksandar Zdravković**

Rajko Đoković	3° KYU
---------------	--------

ZEMUN, 19.02.2012.

**AK "ZEMUN",**

**Saša Obradović**

Alek Ramadani	12° KYU
Vuk Mandić	11° KYU
Nevena Sretenović	10° KYU
Lazar Smuđa	10° KYU

# 気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

ZEMUN, 19.02.2012.

**AK "YAMATOKAN",**  
**Saša Obradović**

Jelena Arsenijević 6<sup>o</sup> KYU  
Pavle Petrović 3<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 23.02.2012.

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

Andrej Govedarica 9<sup>o</sup> KYU  
Valentina Govedarica 9<sup>o</sup> KYU  
Lazar Gligorić 9<sup>o</sup> KYU  
Ognjen Lopčić 9<sup>o</sup> KYU  
Vuk Janus 8<sup>o</sup> KYU  
Nemanja Pažin 7<sup>o</sup> KYU  
Mihailo Erčević 7<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 01.03.2012.

**AK "IKEDA",**  
**Igor Strahinić**

Milomir Šugjić 3<sup>o</sup> KYU

KRUŠEVAC, 03.03.2012.

**AK "KRUŠEVAC",**  
**Igor Strahinić**

Kosta Mandić 6<sup>o</sup> KYU  
Milica Vučić 6<sup>o</sup> KYU  
Katarina Miljković 6<sup>o</sup> KYU  
Božidar Janković 6<sup>o</sup> KYU  
Anđela Živković 6<sup>o</sup> KYU  
Ilija Milenković 6<sup>o</sup> KYU  
Igor Nikolić 6<sup>o</sup> KYU  
Ana Veličković 6<sup>o</sup> KYU  
Đorđe Radovanović 6<sup>o</sup> KYU  
Ksenija Kanjo 4<sup>o</sup> KYU  
Slađana Živadinović 4<sup>o</sup> KYU  
Monika Svrzić 4<sup>o</sup> KYU  
Nemanja Živadinović 4<sup>o</sup> KYU  
Đorđe Milošević 3<sup>o</sup> KYU

PIROT, 03.03.2012.

**AK "TENŠIN",**  
**Radivoje Janković**

Nikola Nikolić 2<sup>o</sup> KYU  
Miljan Nikolić 2<sup>o</sup> KYU

BELA CRKVA, 11.03.2012.

**AK "ALFA"**  
**Novak Jerkov**

Đurađ Štrbac 10<sup>o</sup> KYU  
Vasilije Mihajlović 10<sup>o</sup> KYU  
Mirjana Gavrilović 10<sup>o</sup> KYU  
Borka Jungić 10<sup>o</sup> KYU

Dejan Jovanović 10<sup>o</sup> KYU  
Danilo Riter 10<sup>o</sup> KYU  
Vladimir Leccore 10<sup>o</sup> KYU  
Sara Đukić 10<sup>o</sup> KYU  
Jelena Maksimović 10<sup>o</sup> KYU  
Nikola Ristić 8<sup>o</sup> KYU  
Marko Ostojić 8<sup>o</sup> KYU  
Danijel Gavrilović 8<sup>o</sup> KYU  
Marko Paunović 8<sup>o</sup> KYU  
Zorana Riter 8<sup>o</sup> KYU  
Jovana Jankov 8<sup>o</sup> KYU  
Mirko Uljmanski 8<sup>o</sup> KYU  
Davide Jovanović 8<sup>o</sup> KYU  
Jovana Putnik 8<sup>o</sup> KYU  
Maša Čežek 6<sup>o</sup> KYU  
Uroš Lekić 6<sup>o</sup> KYU  
Filip Červeni 6<sup>o</sup> KYU  
Snežana Stefanović 6<sup>o</sup> KYU  
Borislav Spasić 6<sup>o</sup> KYU  
Mario Putnik 6<sup>o</sup> KYU  
Miroslav Zuha 6<sup>o</sup> KYU  
Ivan Lukač 5<sup>o</sup> KYU  
Nenad Perić 5<sup>o</sup> KYU  
Bojan Dakić 5<sup>o</sup> KYU  
Marko Bojat 1<sup>o</sup> KYU

VRŠAC, 17.03.2012.

**AK "SUNCE",**  
**Radivoje Janković**

Jelena Klarić 5<sup>o</sup> KYU  
Nemanja Strajina 4<sup>o</sup> KYU  
Stefan Avramović 4<sup>o</sup> KYU  
Stefan Jovanović 4<sup>o</sup> KYU

KRUŠEVAC, 17.03.2012.

**AK "ŠOGUN",**  
**Igor Strahinić**

Đorđe Petrović 9<sup>o</sup> KYU  
Dimitrije Jović 9<sup>o</sup> KYU  
Strahinja Štatkić 9<sup>o</sup> KYU  
Pavle Kostić 7<sup>o</sup> KYU  
Dimitrije Tamburić 7<sup>o</sup> KYU  
Srđan Prelo 6<sup>o</sup> KYU  
Dušan Panić 6<sup>o</sup> KYU  
Đorđe Gajić 5<sup>o</sup> KYU  
Stefan Vilimonović 5<sup>o</sup> KYU  
Nenad Jevtić 4<sup>o</sup> KYU  
Nikola Petković 4<sup>o</sup> KYU  
Branislava Milićević 4<sup>o</sup> KYU

KRALJEVO, 25.03.2012.

**AK "KRALJEVO",**  
**Novak Jerkov**

Anastasija Bulatović 7<sup>o</sup> KYU  
Filip Radulović 6<sup>o</sup> KYU  
Lazar Radulović 6<sup>o</sup> KYU  
Marko Đokić 6<sup>o</sup> KYU  
Vladimir Pešić 5<sup>o</sup> KYU  
Filip Đokić 5<sup>o</sup> KYU  
Veljko Leković 4<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 29.03.2012.

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

Stefan Stefanović 6<sup>o</sup> KYU  
Marijana Dobričić 6<sup>o</sup> KYU

POŽAREVAC 01.04.2012.

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

Vasilis Kontofakas 8<sup>o</sup> KYU  
Nevena Radulović 6<sup>o</sup> KYU  
Nikola Milić 6<sup>o</sup> KYU  
Filip Nikolić 4<sup>o</sup> KYU  
Miloš Stanković 4<sup>o</sup> KYU  
Bojan Vujčić 4<sup>o</sup> KYU  
Jovan Jovanović 2<sup>o</sup> KYU

NOVI SAD, 21.04.2012.

**AK "BUDO",**  
**Saša Obradović**

Nikola Cvejčić 12<sup>o</sup> KYU  
Ivan Janka 11<sup>o</sup> KYU  
Anđela Zrnić 11<sup>o</sup> KYU  
Lea Subotin 11<sup>o</sup> KYU  
Dejan Marjanović 11<sup>o</sup> KYU  
Dora Tot 10<sup>o</sup> KYU  
Luka Kostić 10<sup>o</sup> KYU  
Tanja Pejić 10<sup>o</sup> KYU  
Miloš Alabašovski 9<sup>o</sup> KYU  
Oleg Nasov 8<sup>o</sup> KYU  
Petar Sremački 8<sup>o</sup> KYU  
Ilija Milivojević 8<sup>o</sup> KYU  
Nikola Spasojević 8<sup>o</sup> KYU  
Đura Pete 8<sup>o</sup> KYU  
Sara Matijejić 8<sup>o</sup> KYU  
Andrej Janka 7<sup>o</sup> KYU  
Boris Herak 6<sup>o</sup> KYU  
Snežana Zrnić 6<sup>o</sup> KYU  
Nemanja Vidić 6<sup>o</sup> KYU  
Marjan Matijejić 6<sup>o</sup> KYU  
Ognjen Čonkić 5<sup>o</sup> KYU  
Aleksandar Tasić 4<sup>o</sup> KYU

ispiti  
2012.

# 気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

Alja Džunić 4<sup>o</sup> KYU  
 Kristijan Vencel 4<sup>o</sup> KYU  
 Nikola Terzin 4<sup>o</sup> KYU  
 Aleksandar Stanojev 2<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 13.05.2012.

**PROLEĆNI AIKIDO SEMINAR**

**R. Janković, A. Zdravković**

Staša Tošić 1<sup>o</sup> KYU  
 Nemanja Manuilov 1<sup>o</sup> KYU  
 Aleksandar Janković 1<sup>o</sup> KYU  
 Marko Ristić 1<sup>o</sup> KYU  
 Vesna Vojvodić 1<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 13.05.2012.

**PROLEĆNI AIKIDO SEMINAR**

**Saša Obradović**

Vladimir Micevski 1<sup>o</sup> DAN  
 Janko Sikošek 1<sup>o</sup> DAN  
 Danijel Milojković 1<sup>o</sup> DAN  
 Vladimir Vasić 2<sup>o</sup> DAN

PROKUPLJE, 26.05.2012.

**AK "PROKUPLJE",  
 Radivoje Janković**

Marija Tošković 6<sup>o</sup> KYU  
 Milica Tošković 6<sup>o</sup> KYU  
 Miloš Stojanović 5<sup>o</sup> KYU

PROKUPLJE, 26.05.2012.

**AK "VLASOTINCE",  
 Radivoje Janković**

Milica Savić 6<sup>o</sup> KYU  
 Aleksandar Vidojević 5<sup>o</sup> KYU  
 Stefan Jovanović 5<sup>o</sup> KYU  
 Dušan Petrović 5<sup>o</sup> KYU  
 Miloš Ilić 5<sup>o</sup> KYU  
 Nikola Momčilović 5<sup>o</sup> KYU  
 Aleksandar Krstić 5<sup>o</sup> KYU

PROKUPLJE, 26.05.2012.

**AK "TENŠIN",  
 Radivoje Janković**

Đorđe Stevanović 6<sup>o</sup> KYU  
 Mihailo Minić 6<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 27.05.2012.

**AK "ZEMUN",  
 Saša Obradović**

Alek Ramadani 11<sup>o</sup> KYU  
 Vuk Mandić 10<sup>o</sup> KYU  
 Marko Drobac 10<sup>o</sup> KYU  
 Andrijana Jonić 10<sup>o</sup> KYU

Nevena Sretenović 9<sup>o</sup> KYU  
 Mihajlo Jankoski 9<sup>o</sup> KYU  
 Mihailo Ivanović 8<sup>o</sup> KYU  
 Dušan Obradović 5<sup>o</sup> KYU  
 Lazar Milanov 5<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 31.05.2012.

**AK "ZEMUN",  
 Saša Obradović**

Tomislav Knežević 8<sup>o</sup> KYU  
 Relja Jokić 8<sup>o</sup> KYU  
 Anđela Bokun 7<sup>o</sup> KYU  
 Emil Saračević 6<sup>o</sup> KYU  
 Luka Jokić 5<sup>o</sup> KYU  
 Nemanja Trifunović 5<sup>o</sup> KYU  
 Vladislav Jokić 3<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 31.05.2012.

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

Andrej Govedarica 8<sup>o</sup> KYU  
 Valentina Govedarica 8<sup>o</sup> KYU  
 Ksenija Vuletić 8<sup>o</sup> KYU  
 Dejan Stojkov 7<sup>o</sup> KYU  
 Vuk Janus 7<sup>o</sup> KYU  
 Nemanja Pažin 6<sup>o</sup> KYU  
 Kristina Gligorić 5<sup>o</sup> KYU  
 Dejan Milutinović 5<sup>o</sup> KYU  
 Miloš Savić 3<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 02.06.2012.

**AK "EDO",  
 Edin Bečković**

Božidar Perunović 11<sup>o</sup> KYU  
 Ognjan Rajić 11<sup>o</sup> KYU  
 Aleksa Popović 9<sup>o</sup> KYU  
 Matija Petronijević 9<sup>o</sup> KYU  
 Vukašin Denčić 6<sup>o</sup> KYU  
 Ognjen Komatina 6<sup>o</sup> KYU  
 Branislav Komatina 6<sup>o</sup> KYU  
 Dušan Nikolić 6<sup>o</sup> KYU  
 Aleksa Stanković 6<sup>o</sup> KYU  
 Celina Besser 6<sup>o</sup> KYU  
 Nikola Antonijević 6<sup>o</sup> KYU

LUKAVAC, BIH, 10.06.2012.

**AK "ZEMUN",  
 Saša Obradović**

Dinka Redžić 6<sup>o</sup> KYU  
 Džana Dugonjić 6<sup>o</sup> KYU  
 Nermin Salkić 6<sup>o</sup> KYU  
 Rijad Alagić 6<sup>o</sup> KYU  
 Tahir Hrnjić 6<sup>o</sup> KYU

Benjamin Hodžić 5<sup>o</sup> KYU  
 Maida Imamović 4<sup>o</sup> KYU  
 Mirza Poljić 4<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 16.06.2012.

**AK "SHOGUN",  
 Saša Obradović**

Milivoje Radulović 1<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 16.06.2012.

**AK "IKEDA",  
 Igor Strahinić**

Dimitrije Vasić 11<sup>o</sup> KYU  
 Nikola Bogdanović 11<sup>o</sup> KYU  
 Stefan Stevanović 6<sup>o</sup> KYU  
 Mladen Stojiljković 6<sup>o</sup> KYU  
 Milica Milutinović 4<sup>o</sup> KYU  
 Đorđe Voštić 3<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 16.06.2012.

**AK "IKEDA",  
 Saša Obradović**

Desimir Đorđević 1<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 16.06.2012.

**AK "IKEDA 2",  
 Igor Strahinić**

Dmitar Stojanović 10<sup>o</sup> KYU  
 Stefan Stanković 5<sup>o</sup> KYU  
 Mihajlo Ranković 5<sup>o</sup> KYU  
 Đorđe Lazarević 5<sup>o</sup> KYU  
 Nikolina Jovanović 4<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 16.06.2012.

**AK "IKEDA 5",  
 Igor Strahinić**

Sanja Petrović 10<sup>o</sup> KYU  
 Milan Milošević 6<sup>o</sup> KYU  
 Veljko Manojlović 5<sup>o</sup> KYU  
 Željko Božinović 4<sup>o</sup> KYU

NIŠ, 17.06.2012.

**AK "TAKA", Merošina  
 Saša Obradović**

Milica Stojković 6<sup>o</sup> KYU  
 David Mičić 6<sup>o</sup> KYU  
 Anđela Stanojević 5<sup>o</sup> KYU  
 Slaviša Arsić 5<sup>o</sup> KYU  
 Marko Pavlović 5<sup>o</sup> KYU  
 Đorđe Mitić 5<sup>o</sup> KYU  
 Uroš Dinić 5<sup>o</sup> KYU  
 Ilija Stojanović 5<sup>o</sup> KYU  
 Lazar Stojanović 5<sup>o</sup> KYU

# 気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

Uroš Stojanović 5° KYU  
Nikola Veljković 5° KYU  
Kristina Todorović 5° KYU

NIŠ, 17.06.2012.

**AK "TAKA", Niš**

**Saša Obradović**

Janko Dinić 11° KYU  
Aleksandar Ćurčić 6° KYU  
Natalija Stojanović 5° KYU  
Strahinja Stojanović 5° KYU  
Aleksandra Ristić 3° KYU  
Stefan Đorđević 2° KYU  
Dušan Nikolić 1° KYU  
Ognjen Antić 1° KYU  
Sanja Petrović 1° KYU

NIŠ, 17.06.2012.

**AK "SENSEI",**

**Saša Obradović**

Andrej Bogunović 10° KYU  
Bojana Mladenović 9° KYU  
Mia Ivanović 9° KYU  
Ognjen Pavlović 9° KYU  
Mihajlo Ećim 8° KYU  
Đorđe Ećim 8° KYU  
Luka Milenković 8° KYU  
Ivan Pavičić 8° KYU  
Iva Ivanović 8° KYU  
Ivan Cvetković 7° KYU  
Dimitrije Stamenković 6° KYU  
Nemanja Budić 5° KYU  
Andrija Jovanović 5° KYU  
Dušan Gidić 1° KYU

BEOGRAD, 17.06.2012.

**AK "EIKI",**

**Radivoje Janković**

Sara Koldan 6° KYU  
Bojan Bojanić 5° KYU  
Dušan Trojanović 4° KYU  
Marko Marković 4° KYU

BEOGRAD, 17.06.2012.

**AK "CENTAR",**

**Radivoje Janković**

Dušan Polić 6° KYU  
Nenad Sparić 6° KYU  
Radoš Čomagić 6° KYU  
Vladan Vuković 6° KYU  
Stefan Andrić 6° KYU  
Veselin Nasufović 5° KYU  
Goran Matović 5° KYU

Aleksandar Gligorijević 4° KYU  
Emilija Todorović 4° KYU  
Milica Soknić 4° KYU  
Boro Baljković 4° KYU  
Stevan Ilić 3° KYU  
Peđa Džebo 2° KYU  
Ivana Obradović 2° KYU  
Goran Rošulj 2° KYU

BEOGRAD, 23.06.2012.

**AK "KOŠAVA",**

**Aleksandar Zdravković**

Danilo Matić 6° KYU  
Radovan Bušić 6° KYU  
Igor Karanov 2° KYU  
Rajko Đoković 2° KYU  
Predrag Manojlović 2° KYU

KRUŠEVAC 24.06.2012.

**AK "SHOGUN",**

**Igor Strahinić**

Uroš Jovanović 11° KYU  
Strahinja Štatkić 9° KYU  
Đorđe Petrović 8° KYU  
Đorđe Petrović 7° KYU  
Stefan Zurovac 6° KYU  
Uroš Radulović 6° KYU  
Martin Petković 6° KYU  
Petar Slavković 6° KYU  
Nemanja Kuzmanović 5° KYU  
Đorđe Čađenović 5° KYU

BELA CRKVA, 24.06.2012.

**AK "ALFA",**

**Novak Jerkov**

Danijel Gavrilović 7° KYU  
Mario Putnik 5° KYU  
Miroslav Zuha 5° KYU  
Uroš Lekić 5° KYU  
Borislav Spasić 5° KYU  
Maša Čežek 5° KYU  
Bojan Dakić 4° KYU  
Nenad Perić 4° KYU

BEOGRAD, 27.06.2012.

**AK "YAMATOKAN",**

**Saša Obradović**

Nataša Kikoš 4° KYU  
Marina Pešić 3° KYU  
Stefana Milojević 1° KYU

**ispiti**

**2012.**

BEOGRAD, 27.06.2012.

**AK "EIKI",**

**Radivoje Janković**

Ognjen Radivojević 11° KYU  
Milan Rajković 11° KYU  
Lazar Nenadović 10° KYU  
Nikola Aničić 10° KYU  
Tijana Kulačanin 9° KYU  
Strahinja Petrović 8° KYU  
Branko Popović 8° KYU

ZEMUN, 05.07.2012.

**AK "ZEMUN",**

**Saša Obradović**

Lazar Jović 10° KYU  
Stefan Jović 10° KYU  
Nađa Sinadinović 4° KYU

KRUŠEVAC, 14.07.2012.

**AK "IKEDA",**

**Igor Strahinić**

Jovan Žikić 3° KYU

KRUŠEVAC, 14.07.2012.

**AK "KRUŠEVAC",**

**Igor Strahinić**

Nada Milović 6° KYU  
Bojan Jovanović 6° KYU  
Igor Nikolić 5° KYU  
Irena Mladenović 5° KYU  
Anđela Živković 5° KYU  
Anastasija Đokić 5° KYU  
Uroš Miladinović 5° KYU  
Olga Milošević 4° KYU  
Jelena Arsić 4° KYU  
Irena Mladenović 4° KYU  
Luka Milovanovanović 3° KYU  
Monika Svrzić 3° KYU

BEOGRAD, 26.07.2012.

**AK "SHIN KEN",**

**Novak Jerkov**

Danilo Jelovac 10° KYU  
Una Teofilovski 7° KYU  
Radosav Lazić 5° KYU  
Jelena Bošković 4° KYU  
Aleksandra Lazić 3° KYU

VRNJAČKA BANJA, 4.8.2012.

**11. LETNJA AIKIDO ŠKOLA**

**Saša Obradović**

Milijana Tomić 1° DAN  
Stepa Paunović 1° DAN  
Igor Strahinić 4° DAN

# 気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

POŽAREVAC 29.09.2012.

**AK "DAITOKAN",**

**Saša Obradović**

Željko Prović 1<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 08.11.2012.

**AK "SHIN KEN",**

**Novak Jerkov**

Nina Petrušić 10<sup>o</sup> KYU

Jovana Srdić 10<sup>o</sup> KYU

Marko Čotra 7<sup>o</sup> KYU

Ksenija Vuletić 7<sup>o</sup> KYU

Vuk Janus 6<sup>o</sup> KYU

Dejan Stojkov 6<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 11.11.2012.

**AK "ZEMUN",**

**Saša Obradović**

Alek Ramadani 10<sup>o</sup> KYU

Pavle Milanov 10<sup>o</sup> KYU

Marko Drobac 9<sup>o</sup> KYU

Adrijana Jonić 9<sup>o</sup> KYU

Nevena Sretenović 8<sup>o</sup> KYU

Mihailo Ivanović 7<sup>o</sup> KYU

PROKUPLJE, 1.12.2011.

**AK "PROKUPLJE",**

**Radivoje Janković**

Sara Arandjelović 5<sup>o</sup> KYU

Miloš Stojanović 4<sup>o</sup> KYU

Todor Cvetanović 2<sup>o</sup> KYU

VLASOTINCE, 1.12.2011.

**AK "VLASOTINCE",**

**Radivoje Janković**

Steva Mitrović 7<sup>o</sup> KYU

Svetozar Krstić 6<sup>o</sup> KYU

Stefan Šarić 6<sup>o</sup> KYU

Nikola Totošković 6<sup>o</sup> KYU

Uroš Stojanović 6<sup>o</sup> KYU

Stefan Arsić 6<sup>o</sup> KYU

Nemanja Mitrović 6<sup>o</sup> KYU

Milica Savić 5<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Krstić 4<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Vidojević 4<sup>o</sup> KYU

Dušan Petrović 4<sup>o</sup> KYU

Bratislav Davinjić 2<sup>o</sup> KYU

Ana Mladenović 2<sup>o</sup> KYU

VRŠAC, 05.12.2012.

**AK "SUNCE",**

**Radivoje Janković**

Petar Klarić 6<sup>o</sup> KYU

Lazar Fibišan 6<sup>o</sup> KYU

Veljko Njegomir 6<sup>o</sup> KYU

Milica Žamac 6<sup>o</sup> KYU

Tamara Todorić 6<sup>o</sup> KYU

Jovan Klarić 4<sup>o</sup> KYU

NOVI SAD, 08.12.2012.

**AK "BUDO",**

**Saša Obradović**

Bogdan Golubović 12<sup>o</sup> KYU

Svetislav Radaković 12<sup>o</sup> KYU

Aleksej Sudakov 12<sup>o</sup> KYU

Kosta Ilić 12<sup>o</sup> KYU

Nikola Cvejić 11<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Trivunović 11<sup>o</sup> KYU

Dušan Pavlović 11<sup>o</sup> KYU

Stefan Mijić 10<sup>o</sup> KYU

Luka Dimitrijević 10<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Blanuša 10<sup>o</sup> KYU

Ivan Janka 10<sup>o</sup> KYU

Dejan Marjanović 10<sup>o</sup> KYU

Lea Subotin 10<sup>o</sup> KYU

Jelena Blažević 10<sup>o</sup> KYU

Filip Vukićević 10<sup>o</sup> KYU

Đorđe Stajić 10<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Kovač 10<sup>o</sup> KYU

Luka Zelović 9<sup>o</sup> KYU

Oleg Nasov 7<sup>o</sup> KYU

Petar Sremački 7<sup>o</sup> KYU

Nataša Erdeljan 7<sup>o</sup> KYU

Andrej Janka 6<sup>o</sup> KYU

Jovana Randelović 6<sup>o</sup> KYU

Alexander Galonja-Coghill 6<sup>o</sup> KYU

Dragan Jandrić 6<sup>o</sup> KYU

Miroslav Vukićević 6<sup>o</sup> KYU

Snežana Zrnić 5<sup>o</sup> KYU

Nemanja Vidić 5<sup>o</sup> KYU

Ognjen Čonkić 4<sup>o</sup> KYU

Marko Mičić 4<sup>o</sup> KYU

Robert Molnar 4<sup>o</sup> KYU

Nikola Terzin 3<sup>o</sup> KYU

Luka Budiša 1<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Stanojević 1<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 09.12.2012.

**AK "CENTAR",**

**Radivoje Janković**

Dejan Perišić 6<sup>o</sup> KYU

Predrag Stanojević 6<sup>o</sup> KYU

Igor Babović 6<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Nikolić 6<sup>o</sup> KYU

Milica Strahinjić 6<sup>o</sup> KYU

Ana Sladojević 6<sup>o</sup> KYU

Zvezdana Hristov 6<sup>o</sup> KYU

Nenad Sparić 5<sup>o</sup> KYU

Danijel Cekić 5<sup>o</sup> KYU

Stefan Andrić 5<sup>o</sup> KYU

Damir Omelić 5<sup>o</sup> KYU

Vladan Vuković 5<sup>o</sup> KYU

Dušan Polić 5<sup>o</sup> KYU

Denis Kusić 5<sup>o</sup> KYU

Aleksa Petrović 4<sup>o</sup> KYU

Dejan Podunavac 4<sup>o</sup> KYU

Goran Matović 4<sup>o</sup> KYU

Bogdan Obradović 4<sup>o</sup> KYU

Veselin Nasufović 4<sup>o</sup> KYU

Boro Baljković 3<sup>o</sup> KYU

Milica Soknić 3<sup>o</sup> KYU

Aleks. Vratonjić Gligorijević 3<sup>o</sup> KYU

Stevan Ilić 2<sup>o</sup> KYU

Đorđe Žunić 2<sup>o</sup> KYU

Milica Maksimović 1<sup>o</sup> KYU

Dejan Đoković 1<sup>o</sup> KYU

BEOGRAD, 09.12.2012.

**AK "EIKI",**

**Radivoje Janković**

Bojan Bojanić 4<sup>o</sup> KYU

Marko Marković 3<sup>o</sup> KYU

Dušan Trojanović 3<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 22.12.2012.

**ZIMSKI AIKIDO SEMINAR**

**AK "SHIN KEN"**

**Novak Jerkov**

Nikola Dević 10<sup>o</sup> KYU

Marko Dević 10<sup>o</sup> KYU

Marijana Dobričić 5<sup>o</sup> KYU

Dejan Milutinović 4<sup>o</sup> KYU

Ljubica Đorđević 3<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Vekić 3<sup>o</sup> KYU

Miloš Savić 2<sup>o</sup> KYU

Filip Gajev 1<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 22.12.2012.

**ZIMSKI AIKIDO SEMINAR**

**AK "YAMATOKAN"**

**Saša Obradović**

Lazar Smuđa 9<sup>o</sup> KYU

Jelena Arsenijević 5<sup>o</sup> KYU

Pavle Petrović 2<sup>o</sup> KYU

ZEMUN, 22.12.2012.

**ZIMSKI AIKIDO SEMINAR**

**AK "ZEMUN"**

**Saša Obradović**

Anđela Bokun 6<sup>o</sup> KYU

Aleksandar Đurđević 6<sup>o</sup> KYU

Luka Stevanović 6<sup>o</sup> KYU



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Milan Vujančević 6° KYU  
Luka Jokić 4° KYU  
Darko Novaković 3° KYU  
Vladislav Jokić 2° KYU

ZEMUN, 22.12.2012.  
**ZIMSKI AIKIDO SEMINAR**

**Novak Jerkov, Shidoi**  
Miloš Đurđević 2° DAN

ZEMUN, 22.12.2012.  
**ZIMSKI AIKIDO SEMINAR**  
**Saša Obradović, Shidoi**

Ivana Cenerić 1° DAN  
Marija Žakula 1° DAN  
Vladimir Veskov 1° DAN  
Darko Demić 1° DAN  
Miloš Stanković 1° DAN  
Marija Milosavljević 2° DAN

Kanako Tsuda 2° DAN  
Ivan Todorović 3° DAN

BEOGRAD, 24.12.2012.

**AK "KOŠAVA",  
Aleksandar Zdravković**

Sava Latinović 6° KYU  
Aleksa Jovanović 5° KYU  
Danilo Matić 5° KYU

BEOGRAD, 28.12.2012.

**AK "EIKI",  
Radivoje Janković**

Marija Jovanović 12° KYU  
Ilija Dukić 12° KYU  
Nemanja Kovačić 12° KYU  
Anja Popović 11° KYU  
Tisa Jovanović 11° KYU  
Mihajlo Miroslavljević 11° KYU

Stefan Jovičić 11° KYU  
Lena Jovanović 11° KYU  
Damjan Kovačević 11° KYU  
Nikola Petrović 10° KYU  
Milan Rajković 10° KYU  
Ognjen Radivojević 10° KYU  
Aleksa Brkić 9° KYU

KRUŠEVAC 30.12.2012.

**AK "SHOGUN",  
Igor Strahinić**

Uroš Jovanović 10° KYU  
Dimitrije Jović 8° KYU  
Đorđe Petrović 6° KYU  
Pavle Kostić 6° KYU  
Dimitrije Tamburić 6° KYU  
Dušan Panić 5° KYU  
Đorđe Gajić 4° KYU

# 合気道

## Aikikai Srbije



## Program za kyu i dan pojaseve i uslovi vezani za izlazak na ispit

### 6. kyu

UKEMI (padovi), TAISABAKI (kretanja)

Tachiwaza:

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

### 5. kyu

TAISABAKI, SHIKKO (kretanje na kolenima)

Tachiwaza:

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

Suwariwaza:

Katatetori Aihanmi:	Ikkyo	omote i ura
Katatetori Aihanmi:	Iriminage	
Ryotetori:	Kokyu Ho	

### 4. kyu

Tachiwaza:

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

Suwariwaza:

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

# 気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

### 3. kyu

#### Tachiwaza:

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

#### Ushirowaza:

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

#### Suwariwaza:

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

### 2. kyu

#### Tachiwaza:

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

#### Ushirowaza:

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

#### Suwariwaza:

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

### 1. kyu

#### Tachiwaza:

Shomenuchi:	Shihonage	omote i ura
Shomenuchi:	Tenchinage	
Shomenuchi:	Udekimenage	omote i ura
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	
Katateriyotetori:	Jujigarami	
Ryokatatori:	Kokyunage	tri ukea
Yokomenuchi:	Jiyuwaza	tri ukea
Chudantsuki:	Jiyuwaza	tri ukea

#### Ushirowaza:

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

#### Suwariwaza:

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

#### Hanmihantachiwaza:

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

#### Aiki JO:

- Osnovni udarci i bodovi štاپom
- Kata 17

#### Aiki KEN:

- 1 - 7. Suburi mačem

*Deo programa vezan za štاپ i mač će se primenjivati na ispitima nakon 15. juna 2013.*

### Sho dan (1.dan)

#### Osnovne tehnike:

- Tachiwaza
- Hanmihantachiwaza
- Suwariwaza
- Ushirowaza

#### Tanto:

- Tantodori

#### Aiki JO:

- 1. i 2. Kumijo
- Kata 31

#### Aiki KEN:

- 1. Kunitachi

### Ni dan (2.dan)

#### Osnovne tehnike:

- Tachiwaza
- Hanmihantachiwaza
- Suwariwaza
- Ushirowaza
- Kratak esej

#### Aiki JO:

- 1, 2, 3, 4, i 5. Kumijo
- Kata 14
- Jodori uke
- Jodori tachi

#### Aiki KEN:

- 1, 2, 3. Kunitachi
- Tachidori

### San dan (3.dan)

#### Osnovne tehnike:

- Tachiwaza
- Hanmihantachiwaza
- Suwariwaza
- Ushirowaza
- Kratak esej

#### Aiki JO:

- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. Kumijo
- Kumijo (Banja 2003, 2012.)

#### Aiki KEN:

- 1, 2, 3, 4, 5. Kunitachi
- Kimosubino tachi

### Yon dan (4.dan)

#### Osnovne tehnike:

- Tachiwaza
- Hanmihantachiwaza
- Jiyuwaza na sve napade
- Suwariwaza
- Ushirowaza
- Kratak esej

#### 1. Vremenski uslovi

1.1. Vremenski uslovi između ispita za kyu pojaseve nisu striktno definisani.

1.2. Kod ispita za dan pojaseve postoje minimalni vremenski uslovi dati u sledećoj tabeli:

pojas	period	
1.dan	1 godina	110 treninga, 2 seminar, najmanje 15 godina starosti.
2.dan	2 godine	Redovno vežbanje, <sup>1)</sup> kratki esej napisan u periodu, od najviše 6 meseci pre ispita.
3.dan	3 godine	Redovno vežbanje, <sup>1)</sup> kratki esej napisan u period, od najviše 6 meseci pre ispita.
4.dan	4 godine	Redovno vežbanje, <sup>1)</sup> najmanje 25 godina starosti, kratki esej napisan u periodu od najviše 6 meseci pre ispita.
5.dan	5 godina	Na preporuku organizacije odluku o promociji donosi Hombu dođo.
6.dan	6 godina	Na preporuku organizacije odluku o promociji donosi Hombu dođo.

<sup>1)</sup> podrazumeva se pohađanje treninga i seminar

#### 2. Takse i aikikai članarina

2.1. Na ispite za kyu i dan pojaseve mogu izlaziti samo članovi Aikikai Srbije sa izmirenim godišnjom članarinom za tekuću godinu.

2.2. Na ispite za kyu i dan pojaseve mogu izlaziti samo članovi Aikikai Srbije koji uplate ispitnu taksu pre ispita. Kandidatima se, ako ne polože, taksa vraća u celini.

#### 3. Drugi uslovi

3.1. Za izlazak na ispit neophodna je saglasnost trenera.

3.2. Za KYU pojaseve kandidat mora imati između ispita najmanje:

pojas	broj treninga	seminara
za 12 - 7. kyu	26	--
za 6. kyu	26	--
za 5. kyu	40	1 seminar
za 4. kyu	50	1 seminar
za 3. kyu	60	1 seminar
za 2. kyu	80	1 seminar
za 1. kyu	110	2 seminar

# 合気道

Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

## Aikido

Razmišljanja  
Intervjui  
Tekstovi  
Tehnike

合気道



O sensei Morihei Ueshiba (1883 -1969.)

# 合気道

Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Hiroshi Tada Sensei 9.dan, 1974.

*Pred vama je prevod prvog i šestog dela izuzetnog intervjua sa Hiroši Tadam senseijem.*

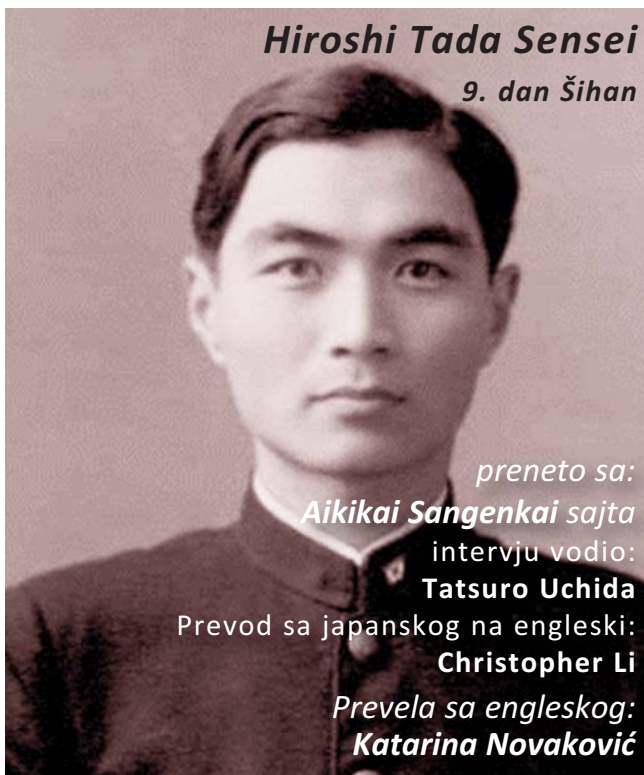
*Svih osam delova ovog velikog intervjua naći će se na sajtu Aikikai Srbije otprilike u vreme kada ovo budete čitali.*

1.deo

## Telo u Budou

**Hiroshi Tada Sensei**

9. dan Šihan



*preneto sa:*

*Aikikai Sangenkai sajta*

*intervju vodio:*

**Tatsuro Uchida**

*Prevod sa japanskog na engleski:*

**Christopher Li**

*Prevela sa engleskog:*

**Katarina Novaković**

Kada sam prvi put sreo **Hiroši Tadu** u Aikikai Hombu Dođou 1982. godine bio je mnogo stariji nego na slici iznad, ali je njegov nastup bio zapanjujuće sličan, a njegov pogled je bio prodoran baš onako kako je naveo u savetu maplopre. Čak i u njegovoj 82-oj godini (2011.) njegova kosa je bila crna

crcnata, i uvek je govorio da je nikada nije bojio, on je neka vrsta Dirka Klarka u aikido svetu.

Ovaj intervju predstavlja prevod na engleski jezik intervjua koji je objavljen u "**Istočno telo-Zapadno telo**" (Toyouno Shintai-Seiyouno Shintai / 東洋の身体・西洋の身体), novinama koje su štampane

Godine 2002. **Hiroši Tada** je održao predavanje na seminaru u Italiji i dao sledeća tri "saveta":

1. Aikidoka bi trebalo da je u stanju da saseče svoga protivnika u prvom naletu. To je istinski bori-lački aspekt aikidoa. Takva preciznost dolazi iz našeg samopouzdanja da ćemo uvek biti sposobni to da uradimo. To samopouzdanje osim što nam daje snagu, pruža nam i mogućnost da izaberemo manje ubojiti ishod što je i preduslov našeg treninga.

2. Kada gledate vašeg oponenta, on postaje centar vašeg aikidoa što može da vas navede da stanete. Kada vežbate, obratite pažnju gde vaše oči imaju tendenciju da gledaju. Vi treba da budete centar svog kretanja, pa zato kada se krećete morate videti sve oko vas. Pitanje je koliko ste u stanju daleko da vidite oko sebe: pola metra, metar, tri metra, pet metara? Onoliko koliko vaš pogled dopire u daljinu toliki će biti domet vaše kontrole. Kada neko uđe u sferu vaše kontrole on postaje njen centar. Kada je O-Sensei držao treninge, svi smo primetili da je bilo teško videti gde on zapravo gleda, a izgledalo je kao da gleda negde izvan dođoa.

3. Oštrica mača ukoliko se ne kreće je beskorisna. Jednom kada se sečivo pokrene, ne prekidajte njegovo kretanje i ne usporavajte previše. Ako vaš protivnik može da izbroji prste na vašoj ruci (1,2,3,4,5) to znači da se krećete suviše sporo. U istom smislu jednom kada se vaša tegatana (*brid šake, doslovno: ruka-mač p.p.*) počne kretati trebate se kretati na taj način da vaš oponent ne bude u stanju da prebroji vaše prste.

1994. godine od strane Kobe Koledža, Odeljenja za interkulturalne studije. **Hiroši Tadu** je intervjuisao njegov aikido učenik **Tatsuro Uchida** koji je ujedno i profesor na Kobe Koledžu poznat po radu: "Japan kao periferna zemlja" ("Japan as a Peripheral Country" / 日本辺境論).

# 合気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

**Intervjuisani: Hiroši Tada**, rođen u Tokiju 1929. Diplomirao je na Waseda Univerzitetu - odsek za pravo 1952. godine. U okviru aikidoa stekao je majstorko zvanje 9.dan, zvanje Šihana Aikikai Hombu Dojo organizacije i Gessonji Dojo-a, Osnivač je Aikikai Italije. Takođe je Šihan na Waseda i Tokijskom Univerzitetu i supervizor za Aikido Tada Juku.

**Intervju zabeležio: Tatsuro Uchida** savetnik na Kobe Koledžu za aikido i nosilac zvanja aikido majstora 5. dan.

Intervju je zabeležen u **Aikido Tada Juku Gessonji dođou**, 29.3.1994. godine.

**Uchida:** Hvala vam što ste odvojili vreme da razgovarate sa mnom danas. Želeo bih da vas pitam za detalje vezane za vaše vežbačko iskustvo. Do sada smo čuli samo pojedine delove, i ovom prilikom bih voleli da to čujemo sveobuhvatnije što može postati važan resurs ne samo za one koji se bave aikidoom već za sve nas koji smo u budou. Postoji nekoliko pitanja koje bih vas upitao danas, a prvo se tiče istorijata vašeg bavljenja boričkim veštinama, a drugo se odnosi na vaše iskustvo u vezi sa šansom koju ste imali susrećući se sa ljudima tako jedinstvenih telesnih i duhovnih sposobnosti kao što su **Morihej Uešiba** i **Tempu Nakamura**.

**Tada:** Da li ste čitali što sam napisao o mom pristupanju Uešibinom dođou? (*beleška: taj tekst se pojavio u „Aikido Tankyu“ i privatno se distribuirao*).

**Uchida:** Da čitao sam.

**Tada:** Tamo sam dosta pisao o Italijanskom Aikikaiju, pisao sam o Kiichi Gotou (*bivšem vođi Waseda Univerziteta Aikido-kai*).

**Uchida:** Da, pročitao sam. Ali danas bih vas pitao neke stvari koje se ne vide iz tog teksta. Voleo

bih da počnemo bukvalno od samih vaših početaka.

**Tada:** Kada sam bio dete išao sam na streličarstvo. U mojoj porodici je postojala tradicija izučavanja streličarstva škole koja se zove: "Heki-Ryu Chikurin-ha Ban-ha" i moj pradedo (Okuyoshi Tada / 多田興善) je to znanje preneo na svoje potomke između ostalog i na mog oca (Minoru Tada / 多田登). I ja sam ga izučavao u bašti naše kuće u Jiyugaki sa makivarom kao partnerom.



**Uchida:** Sensei, da li ste rođeni u Tokiju?

**Tada:** Da. Rođen sam u bolnici "Tokijskog Imperijal Univerziteta" u Hongou. Živeo sam u Hongou Nishikata-machi sve do svoje treće godine. To je bilo mesto gde je moj

otac živeo kao student. Moj otac je došao sa Univerziteta u Kjotu na Tokijski Univerzitet.

**Uchida:** Koliko ste imali godina kada ste napustili Tsushimu?

**Tada:** Moj deda (Tsunetaro Tada) je rođen u Izuhari, Tsushima. Kasnije on je napustio ostrvo i postao sudija. Sudije su bile premeštane u različite okruge na svake tri godine, tako da je moj otac rođen u Kii-Tanabeu. To je isti onaj Tanabe u kome je Sensei Morihej Uešiba rođen. Kasnije je moj deda premešten u Kjoto sa mnogim poznanicima pa je moj pradedo bio veoma zahvalan što je bio u Kjotu. Iz tog razloga moj deda, koji je bio veoma posvećen svom ocu odbio taj trogodišnji premeštaj četiri puta i ostao u Kjotu sve dok moj pradedo nije umro.

**Uchida:** Vaš pradedo se bavio streličarstvom zar ne?

**Tada:** Mi vodimo poreklo iz samurajске porodice iz Tsushina-hana. Mi smo pratili pretke klana "So" koji su napravili raciju u Tsushimi 1245. godine i od tada su živeli u Izuhari i kao glavne sluge primali smo 550 koku (*beleška: jedan koku je količina pirinča dovoljna da hrani jednu osobu za godinu dana*). Uzgred, bilo je i nekih strašnih incidenata koji su nas isprepletali sa elementima lojalnih šogunatu tokom unutrašnjih razmirica za vreme Kasshi ustanka (*beleška:*



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



takođe se naziva Kinmon ustanak ili Hamaguri ustanak) kako su ga nazivali u Tsushima-hanu. Mnogi su poginuli u tom incidentu uključujući mog čukundedu Tanoe Tadu i njegovog jedanaest godina mlađeg brata Sanujiroa. Moj pradeda je poveo svoju sestru Masu i pobjegli su čamcem. Zahvaljujući tome rod Tada je očuvan. Usred zime na moru platili su jednom ribaru da ih preveze na kopno. Tamo su se predali Motoni Nomuri. Masu je imala prijateljske veze sa Shinsaku Takasugijem i sa drugim lojalistima.

Moj pradeda je bio majstor streličarstva, jahač, mačevalac i takođe je bio vešt sa vatrenim oružjem. On je postao oficir u konjici kraljevske garde. Međutim, njegovo zdravstveno stanje se pogoršalo pa je bio pomalo resigniran zbog toga. Nekako u isto vreme je postao Šihan u streličarstvu i to Šihan za Kjudo odeljenje na Univerzitetu u Kjotou. Moj pradeda nije preneo znanje iz streličarstva mom dedi. Oni jesu vežbali ali izgleda da deda nije bio preterano talentovan i da se nije previše trudio. Videvši to pradeda je odmah prestao da ga podučava. Predpostavljam da su samuraji u prošlosti bili takvi. Moj otac je bio prilično jak čovek i

moj prad da je imao velika očekivanja od njega i zbog toga ga je podučavao. Pradeda ga je vodio u Butokikai mnogo puta je rekao je da od vremena osnovne i srednje škole u Kjotou pa sve dok moj otac nije diplomirao na univerzitetu u Kjotu nisu propustili ni jedan dan treninga. Ja nisam toliko trenirao streličarstvo. Delimično i zbog toga što je moj otac bio pozvan u vojsku tokom rata pa zbog toga i nije bilo moguće. Nakon što sam upisao univerzitet počeo sam da treniram karate.

**Uchida:** Koji stil karatea ste tada vežbali?

**Tada:** Shotokan.

**Uchida:** Shotokan? Onda morate znati **Shigeru Egami** Senseia?



Shigeru Egami (levo) sa osnivačem Shotokan Karatea Gichin Funakoshijem (drugi s leva)

**Tada:** Šigeru Egami-san je bio moj sempai na Waseda Univerzitetu. Iako ga nazivate Šotokan rekao bih da je to onda bilo malo drugačije nego današnji Šotokan. "Shoto" je bio pseudonim Gichin Funakoshi Senseia. Sensei taj stil nikada nije povezao sa tim imenom ali su ga učenici nazivali Shotokan-ryu. Kasnije je Japanska Karate Asocijacija formirana oko onih koji su bili povezani sa diplomcima sa tog univerziteta.

**Uchida:** Dakle, vi ste takođe imali priliku da upoznate i Ginchin Funakoshi Senseia?

**Tada:** Da, sreo sam ga mnogo puta i imao sam tu privilegiju da dobijem instrukcije od njega. Takođe, kada bi Sensei dolazio na trening na Waseda Univerzitet neko bi ga u povratku pratio na tramvajsku stanicu koja se nalazila na Okuma Kodou i ja sam ponekad bio izabran za tu ulogu. Pre nego što bi se ukrcao na tramvaj uzeli bi smo užinu na malom mestu koje se zvalo Taikoyaki, mestu koje je nastalo posle rata. Kada bi se na okretnici ukrcao na tramvaj skinuo bi šešir i rekao: "Hvala veliko, sve je u redu možete ići kući", ljubazno se poklonivši.

Nakon toga pristupio sam Uešibinom dođu i tako je Morihej

*fotografija desno:*

*Kagami Biraki ceremonija januara 2011.*

*Fujimoto sensei je promovisan u 8.dan, najviši pojas koji dodeljuje Hombu dođo. Na fotografiji su: Doshu Moriteru Ueshiba, Hiroshi Tada sensei i Fujimoto Sensei.*

Uešiba postao moj učitelj. Često sam slušao o Sensei Uešibi od mog oca i njegovih prijatelja u vreme kada sam bio dete. Kao što sam ranije rekao o događajima koji su me okruživali u vreme mog početka bavljenja aikidoom pisao sam ranije. Uešibin Dojo sam tražio dosta dugo, ali ga nisam mogao naći. Tada sam upoznao gospodina **Takedu** koji je radio na

Waseda Karate odeljenju u to vreme. Tamo je takođe bio neko ko je imao knjigu Uešibe Senseia koju je ilustrovala gospođica Kunigoši. (*beleška: Tada misli na knjigu "Budo Renshu"*). On je mnogo znao o domaćinstvu Ueshiba Senseia i rekao mi je ulicu i broj: Wakamatsu-cho 102.

**Uchida:** Vi niste znali gde se nalazi Uešibin dođo?

**Tada:** Tako je, nisam znao! Bez obzira koga bih pitao, niko nije znao. Nakon svega, u to vreme Tokio je ipak bio spaljeno polje.

**Uchida:** Zar **Morihej Uešiba** Sensei nije živeo u Ivami u to vreme?

**Tada:** On je živeo u Ivami, ali je bio zauzet putovanjima od Tokija preko Kansaia pa opet do Tokija i Ivame i tako stalno.

(kraj 1. dela)

6.deo

## Telo u Budou

*Hiroshi Tada Sensei*

*9. dan Šihan*

**Nikada ne čitajte knjige o streličarstvu.**

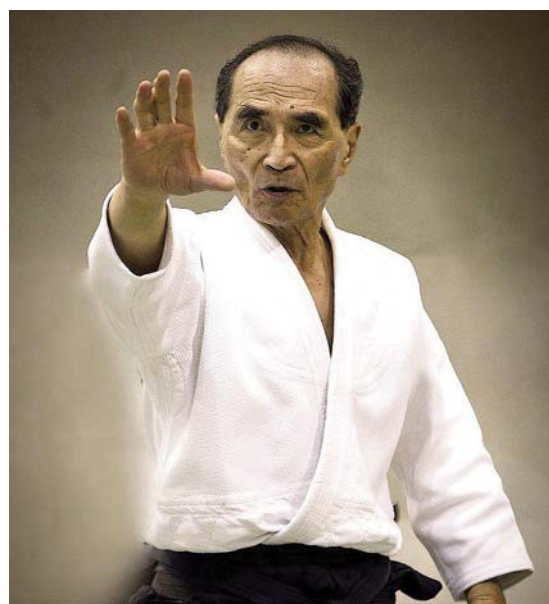
**Nikad ne kritikujte tuđu tehniku.**

**Tada:** Prvo na redu je vežba Kokyu-ho. Sedi se u seizi, nastojeći da se uparite sa zvukom zvona, pevajući redove iz Šinto molitvi glasom koji dolazi iz celog vašeg tela. Vremenom kada se vaš glas umori: "bum", bili biste udareni od pozadi. Kada se to desi glas bi vam ponovo proradio (smeh). Pa, kada bi ste bili u stanju da to radite svakoga dana po 10 sati, počevši od četvrtka u kontinuitetu pa do

nedelje, onda bi ste mogli da postanete član po prvi put. U to vreme ja sam trenirao i karate i aikido i bio sam fizički jak. Međutim šta god radio, ne bih se toliko umorio, ali bi mi deo oko pupka i centra bio skroz utrnuo. To je zbog toga što smo sedeli u seizi. Čak i tada u tome je bilo nečeg poprilično misterioznog - iako su moja leđa udarana veoma jako da sam imao modrice, kada bi se tre-

ning završio, osećao sam da mi je celo telo živo a da mi koža isijava. Potpuno je isto ako kontinuirano ponavljate tip kokyu-ho vežbe koja pročišćava vaš um i telo. Nisam u to vreme najbolje razumeo, ali je važno da glas i zvuk zvona budu usaglašeni u istom duhu.

**Uchida:** Nikada ne bih mogao da odem na baš toliko zastrašujuće mesto... (smeh)



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



**Tada:** Ovdašnji lideri su svi odlazili tamo (*misli na lidere iz Gessonji Dojo-a*). Iz Yiyugaoake su možda išli Aki Kobori i Ryouzou Hirose. Stranci su takođe odlazili i gospodin Masumori Aoki je počeo dolaziti nakon što je napunio 65 godina. Žene su takođe dolazile. To je lepo. Kada uđete u sve to to i ne izgleda tako loše kao što ljudima spolja izgleda.

**Uchida:** Jedan mladić koji je moj poznanik i vežba aikido na njegovom univerzitetu praktikuje Ichikukai. Nakon prvog odlaska postao je zavisnik i čini mi se da odlazi baš često. Kada sam ga upitao: „Da li je prijatno?“ on mi je odgovorio: "Zabavno je!"... (smeh)

**Tada:** Postajete sposobni da razgalite vaš duh. Kada sam bio mlađi, odlazio sam svakog meseca. Godine 1964. kada sam otišao u Evropu, oni su se preselili iz Nogatamachi-a u Maesaw-u, u Higashi-Karume. To je verovatno zbog pritužbi na buku. (smeh)

**Uchida:** Postoji još jedna stvar koju želim da vas pitam. Kada

podučavam strance često pomislim kako je struktura i način na koji koriste svoja tela drugačiji, ali kada razgovaram sa vama o vašem iskustvu podučavanja aikidoa u Evropi nemam utisak da postoje tolike razlike.

**Tada:** I nije mnogo drugačije. Mogu reći da je sve isto. Nikada nisam imao nikakvih problema.

**Uchida:** U mom nedavnom objavljenom radu napisao sam da Evropljani imaju drugačije fizičke senzacije od nas i da je način na koji koriste svoje telo drugačiji. Takođe nazivi za neke delove tela nisu u saglasnosti sa našima. Npr. kada Amerikance podučavate aikidou, neke vrste pokreta su izuzetno teški za njih da ih nauče. Kakva su vaša iskustva u vezi sa tim?

**Tada:** Potpuno drugačija. I van Hombu Dojo-a ja sam podučavao studente aikido, npr. iz agencije za odbranu, na Keio Univerzitetu, Waseda Univerzitetu, Gakushuin Univerzitetu mada to nije drugačije ni u kom smislu. Otišao sam

1964. godine i izveo prvi Shodan 1968. godine koji nije bio ništa manje vredan od japanskih Shodanova. Oni su imali izdržljivost i bili su jaki. Otišao sam 1964. godine i vratio sam se 1970. godine, svi koji su kontinuirano vežbali napredovali su i postali vešti. Ali, koliko su zapravo sadržaja shvatili međutim, to je druga stvar. Nisam se ni malo mučio dok sam ih podučavao. Tehnike u Tachiwazi, a takođe su bili u stanju da izvedu tehnike u Suvariwazi i Hamnihantachiwazi isto kao i učenici u Japanu. To je delom i zbog toga što ne postoje takmičenja u aikidou i smatram izuzetnim to što ne postoje osećanja konfrontacije i upoređivanja u okviru aikidoa. Nekad neke stvari nisam mogao da razumem zbog suptilnih razlika u jeziku...

**Uchida:** Ova diskusija je za mene otkrovenje. Siguran sam da su vaša opažanja na tu temu mnogo dublja od mojih. Da li postoji neka vrsta bazičnih telesnih operacija zajednička svim ljudima, koja je internacionalna?

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

fotografija :

Morihej Uešiba sensei i kao uke Hiroshi Tada, 1958.

**Tada:** U početku nisam razumeo jezik baš najbolje. Uvek sam išao naokolo sa malim rečnikom koji sam nabavio u univerzitetskoj knjižari. U svakom slučaju, na treningu ali i u drugim stvarima, svi bi imitirali ono što bih radio bez pitanja, pa sam čak i u svakodnevnom životu uvek morao biti na oprezu! Kao što sam ranije pomenuo, u Veneciji 1968. počeli smo najtežu vrstu treninga Anđu Dazu. Ono što se ne može razumeti konkretno, kroz konkretne metode, jako je teško trenirati. U Italiji je sve više članova dolazilo na Ki No Remu. Nije bilo ni malo otpora. To je bilo isto kao kada bi smo vežbali štap, mač ili Kokyu-Ho.

**Uchida:** To je zanimljivo, kako ste uspeli da privučete toliko Italijana sa lakoćom, šta su oni zapravo tražili kada su došli?

**Tada:** Naravno da to zavisi od osobe, ali svaka od njih imala je različite ciljeve zašto vežba. U početku bile su tu i neke žene koje su mislile: "Ja sam slaba kao zec, ali nekako postaću kao vuk i obrišati sa protivnikom pod, ali su bile razočarane kada su saznale da je "Aikido ljubav i harmonija".(smeh)

**Uchida:** Da li su odustale?

**Tada:** Ne, nastavile su. (smeh)

**Uchida:** I ja sam tako razmišljao. (smeh)

**Uchida:** Što se tiče istočnjačke



duhovne kulture, da li je postojao neko ko ju je unapred poznavao i bio privučen time?

**Tada:** Da, bio je profesor po imenu Merge (*napomena: reč je o Salvatore Merge-u*). Pisao sam o njemu u vezi osnivača Aikikaia Italije. Tokom rata Merge je bio vezan za Italijansku Ambasadu u Japanu. Nakon rata vratio se u Italiju i postao učitelj u školi za istočne jezike. Dok je Merge bio u Japanu on je čuo za aikido i došao da poseti Uešibin Dojo. Ipak, rečeno mu je da mu neće biti dozvoljeno da uđe u dođu. U to vreme bilo je potrebno da imate bar dve preporuke da bi ste pristupili dođou a i nije bilo dozvoljeno strancima da mu pristupe. Uprkos tome, gospo-

din Merge je sedeo ispred dođoa svaki dan sve dok mu nisu dozvolili da uđe. On je iskazivao veliku zahvalnost i poštovanje prema O Senseiju. Studenti japanskog jezika u školi u kojoj je on predavao su ga čuli kako govori o njemu i bili su prvi koji su se upisali. Povrh toga, postojao je i jedan čuveni naučnik i poznavalac istočne kulture i prevodilac Upanišada na italijanski jezik, profesor Filippini, koji je čuo moje tumačenje aikidoa i momentalno izjavio: "Aikido nije sport, aikido je japanska kultura, zen u pokretu." Ovo je prevela na Italijanski Daniela Marasco (član Gesonji Dojo-a) iz onoga što sam napisao u „Osnivačima Aikikaia Italije" za „Aikido Tanyu".

# 合気道 Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



**Uchida:** To je impresivna aikido organizacija.

**Tada:** Zvanično ime "Aikikaia Italije" je zapravo "**Društvo za tradicionalnu japansku kulturu - Aikikai Italija**" i autorizovana je kao neprofitna organizacija broj N.526 od strane predsednika Italijanske Republike 8. jula 1978. To je zaista nešto kada vas priznaju kao italijansku državnu organizaciju. Jedna je stvar kada japanski narod stvori organizaciju koja promovise japansku kulturu, ali pomisao da aplicirate za priznavanje u smislu organizacije koju priznaje tuđa vlada - takva dozvola se ne dobija često.



Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese Aikikai d'Italia

Aikikai d'Italia

**Uchida:** U svakom slučaju to je impresivna organizacija.

**Tada:** Trenutno postoji oko 5.000 članova i nastala je i finansira se kroz godišnje članarine koje plaća članstvo. U stranim zemljama ovaj vid organizacije ne prima nikakvu eksternu finansijsku pomoć da bi se pokrili troškovi njenog održavanja i razvoja, nezavisnost se postiže kroz godišnje takse koje plaća članstvo. Taj osećaj za razvoj asocijacije je veoma jak.

**Uchida:**

Osim ljudi koji su bili povezani sa Merge Senseijem kakvi su još ljudi tada dolazili na treninge?

**Tada:** Pa, različiti tipovi ljudi. Naravno mnogi od njih su bili zainteresovani za japansku kulturu. To su doktori, advokati, studenti, neki koji su zainteresovani za bavljenje nekom fizičkom aktivnošću. Baletski igrači, koji su videli demonstraciju aikidoa ili neki koji su došli preko poznanika na preporuku. Ako bih morao da ih definišem, većina njih su bili intelektualci. To je ono što je vezano za aikido i slično je u svakoj zemlji.

**Uchida:** Šta mislite, zašto je to tako?

**Tada:** Možda dolaze zbog toga što bi čuli glasine o Moriheju Uešibi Senseiju, čitajući knjige i znajući ponešto o tome šta je aikido. Takođe, aikido ima neki svoj sopstveni ritam. Njegova osnova je slobodan duh, i ljudi gledajući ga dobijaju jak osećaj u vezi njega. Nakon gledanja demonstracije aikidoa, jedan univerzitetski profesor je rekao: "Za mene, aikido izgleda isto što i muzika."

**Uchida:** Kakav mentalni stav vi zahtevate od vaših učenika?

**Tada:** Ne postoji mnogo različitih klasa studenata. Ne mogu to ni da rezimiram u jednoj reči. Neće, na-

ravno svi postati profesionalci. Postoje i oni koji praktikuju vežbanje kao neku vrstu zdravstvene metode. Ipak, ne možete da tražite i ovde i tamo. Davno, kada je moj otac počeo da se bavi streličarstvom, moj pradeda ga je upozorio na dve stvari: "**Nikada ne čitaj knjige o streličarstvu. Nikad ne kritikuj tuđu tehniku**" - te dve stvari. Rekao mi je da nikad ne čitam knjige o streličarstvu u velikoj meri i zbog toga jer to može dovesti do sumnji i nedoumica kod onog koji vežba.

Npr.: "Moj sensej je rekao ovo, drugi sensej je rekao nešto potpuno drugačije... Koji je najbolji? Možda ako uzmem najbolje delove oba metoda?" **Ovo je najbolji primer za nekoga ko nikada neće napredovati u aikidou.**

**Uchida:** Ja ne mislim da postoji mnogo knjiga o aikidou.

**Tada:** Knjige su za ljude koji već nešto znaju o aikidou i koji neće zaboraviti ono što su već naučili, ili su referenca za one koji ne viđaju često svoje učitelje. Najvažnije je reći da nećete napredovati samo ako čitate!

**Uchida:** Šta mislite o tome kada razniiskusni ljude govore o bori-laćkim veštinama, na primer teo-rijske knjige ili nešto slično tome?

**Tada:** Nešto poput toga je sasvim u redu. Ipak, može se napraviti

greška u načinu na koji čitate te knjige i možete postati "zagrižen tajnama". U prošlosti takve knjige nisu bile preterano omiljene.



Neko no Myojutsu ("Misteriozna tehnika mačke") od Issai Chozana (1727.) sadrži i "The Demon's Sermon on the Martial Arts And Other Tales"

**Uchida:** Vi ste čitali: "Misteriozna tehnika mačke" ("The Mysterious technique of the Cat"-猫の妙術). Nikad nisam čitao knjige o budou pre, ali nakon ovog što sam čuo od vas pomislio sam da bi bilo u redu da pročitam nešto slično tome. Dali je to loša ideja? Dali bi bio "zagrižen tajnama". (smeh)

**Tada:** Kada trenirate aikido, ako niste pažljivi, desiće se nekad da nešto preskočite ili ne uočite i da vam nešto promakne. U vreme

kada početnik treba da se bavi treningom, a pokušava da uradi nešto što je moguće samo ukoliko je vešt i vičan, upropastiće trening. I na kraju, u njegovoj glavi tehnike baze biće u neredu. O Shou-san (The Chief priest at Gesonji) napisao je: "Kyakka shouko", u prevodu: "Pazi kako hodaš!". I sa te tačke se može posmatrati.

**Uchida:** Danas postoje časopisi kao što su: "Hiden-koryu Bujutsu" i razni članci o teorijama tehnike i tajnama borilačkih veština koje se mogu pročitati u takvim časopisima, dali tu vrstu "Kobudo novinarstva" smatrate da bi početnici trebali da izbegavaju da čitaju?

**Tada:** Ako neko želi da ih pogleda - neka ih pogleda. Ipak, oni koji ozbiljno žele da slede neki put, mogu često i da skrenu sa njega.

**Uchida:** A neko poput mene?

**Tada:** Nećete mnogo napredovati, a opteretice se sa mnogo nepotrebnog tereta.

**Uchida:** Postoji jedan novi talas, pokret u Kobudou, sa ljudima koji su jedna ili dve generacije mlađi od vas, kao što su: Hiroyuki Aoki, Yoshi Nori, Kono, Tetuzan Kuroda i Kajo Tsuboi - koji rade neke interesantne stvari. Zahvaljujući njima entuzijazam među mladima raste. Šta vi mislite o njima?

**Tada:** Zašto da ne?

**Uchida:** Šta ste mislili sa time?

**Tada:** Govorio sam o tome ranije, o tome kakve su bile tradicionalne metode, recimo u vreme moga oca. To je bilo sa namerom da trening bude profesionalan. Naravno, tu su uvek bili i ljudi koji nemaju učitelja. Najgori mogući slučaj je kada neko nema senseija a želi da uči. Neko ko ne može da pronađe šihana po svojoj meri.

**Uchida:** Ako je prisutan učitelj onda neko ko vežba može napredovati bez čitanja knjiga i pravljenja poređenja, dali je to ono što mislite?

**Tada:** Nešto slično tome, ali malo drugačije. (smeh) To nije tako teško. Međutim, danas je veoma teško. Od detinjstva smo vaspitavani da recitujemo "Shishogyou" (四書五經 /Četri knjige i pet klasika Konfučionizma) i ponašali smo se u skladu sa tim načinom razmišljanja. Odrastao sam u takvom svetu, ali danas je potpuno drugačije. Kritička analiza u modernoj Evropi i u američkom naučnom stilu je korisna i tako je ovdašnji svet sadašnjice sazdan. To omogućuje da neko dosegne neku određenu tačku, ali se ja pitam dali je danas moguća ili ne pojava istinski velikog budoke?

Mislim da će to biti teško.

(kraj 6. dela)



## Uloga starijih učenika (sempai-ja)

*Greg O' Connor, 6.dan Shihan*

*preneto iz:*

*Aikido Student Handbook*

*Prevela sa engleskog:*

*Katarina Novaković*

### Pomoć početnicima

Stariji učenici bi trebali da preuzmu inicijativu i da se sprijatelje sa novim učenicima ne bi li im omogućili na taj način da se osećaju kao kod kuće. Pokažite im kako da obuku kimono (gi), da vežu pojas, kako da se naklone kada stanu na strunjače i budite spremni da im pomognete tokom zagrevanja.

Vi koji ste stariji učenici privilegovani ste i odgovorni za vođenje početnika tokom njihovih prvih dana u dođou i stoga trebate da im omogućite pozitivno iskustvo. Pokažite ljubaznost i strpljenje jer upravo kroz VAS novi učenici stiču prve utiske o aikidou, kvalitetu dođoa i vašem karakteru.

Zapamtite, samo jedanput imate priliku da ostavite prvi utisak. Ukoliko pokažete da vam je stalo i ukoliko im ukažete na to šta sve mogu (a ne šta sve ne mogu) za njih ćete na dug period otvoriti potpuno novi svet.

### Pomoć mlađim učenicima

Stariji učenici (sempai) bi trebalo da iskreno pomognu mlađim učenicima (kohai-jima). Trebalo bi da pokažu istinsku brigu za njih tokom procesa učenja. Ne bi trebalo da koristite tu priliku kao šansu da "popuju", drže "predavanja" i pokazuju koliko mnogo "znaju" (i time da ustvari pokažu koliko malo znaju oni mlađi od njih). Kada pomažete drugima na tatimiju morate prevazići tenden-



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



ciju da budete suviše pričljivi. Vreme provedeno na strunjačama je vreme za vežbanje. Suviše priče je greška. Ako već pričate budite kratki i držite se suštine. Ipak mi Zapadnjaci smo naučili da učimo kroz verbalne instrukcije, a suštinski, učenje aikidoa dolazi kroz iskustvo vežbanja. Prvo treba da dozvolite učenicima da završe svoju tehniku. Oni će postati frustrirani i ogorčeni ukoliko stalno onemogućujete njihove napore da izvedu tehniku. Oni su u fazi kada uče šta tehniku čini efikasnom i ukoliko ih sprečavate da to iskuse i iskažu kroz vežbu vi ih sprečavate da išta nauče. Kada partneru otežavate ili onemogućujete da izvede tehniku i pre nego što počne, on će instiktivno hteti da koristi druge opcije i nećete ga na taj način ohrabriti da vežba - dopustite mu da oseti svoj specifičan odgovor tela na zadati napad. Ako

budu razumeli tehnike baze, u kakvoj su one vezi sa određenim napadom, kakav je ukemi koji se vezuje za tu tehniku, tek onda će biti u stanju da rade na promenama i varijantama dok raste intenzitet napada.

Zato, kada pomažete nekom, svedite priču na minimum, budite strpljivi i ljubazni. Pustite ih da vežbaju i da uče. Pustite ih da sami iskuse teškoće, radost, i osećaj vrednosti koji dolazi iz njihovog ličnog otkrića. Vaš partner će to sigurno ceniti i imati o vama dobro mišljenje.

Ako su vaše reči "sa visine" i vaš stav loši, ako im onemogućujete pokušaj da izvedu tehniku, ne očekujte da ćete imati prijatelje. Odnosite se prema njima isto onako kako bi voleli da se drugi odnose prema vama i imaćete ne samo nji-

hovu pažnju već i njihovo poštovanje i prijateljstvo.

Stariji učenici uvek trebaju da svojim postupcima daju pozitivan primer u vladanju, pravilima ponašanja, vežbanju, brizi o higijeni dođoa, ličnom izgledu i sposobnosti da se osmehnu!\*

*\*Za dalje čitanje o ovoj temi možete naći više u knjigama: "Aikido" od Kishhomaru Uešibe u poglavlju "Rules During practice", i u knjizi Kochi Tohei-ja "Aikido u svakodnevnom životu" u poglavlju "Rules for beginners / Rules for instructors" (ovaj deo je preveden i na naš jezik i nalazi se na sajtu Aikikai Srbije, pogledajte u delu: O aikidou > Pravila za instruktore i Pravila za početnike.*



## Mehanizam disanja i zašto radimo vežbe disanja u aikidou?

tekst napisao:

**Dr. Ivan Tašić**

*Hombu Dođo 3. dan*

**M**ehanizam disanja i zašto radimo vežbe disanja u AIKIDO-u?

Sastavni deo svakog aikido treninga jesu vežbe disanja. Baveći se aikidoom, primetio sam da mnoge aikidoke slabo obraćaju pažnju na disanje. Jedan od glavnih razloga je to što se ne poznaje fiziološki mehanizam disanja i zašto su bitne vežbe disanja.

Disanje je spontan, ritmičan i složen proces razmene gasova koji ima za cilj snabdevanje organizma kiseonikom i eliminaciju štetnih proizvoda iz organizma, tačnije ugljendioksida i vodonika.

Centar za disanje se nalazi u mozgu a regulacija disanja se odvija kontinuiranim emitovanjem impulsa (signala). Stvoreni signal

se iz mozga, kroz moždano stablo, kičmenu moždinu, kranijalne i spinalne živce prenosi do grkljana, ždrela, pluća i kardiovaskularnog sistema. Cilj regulacije disanje je stvaranje povoljnih koncentracija kiseonika, ugljen dioksida i vodonika u telesnim tečnostima. Povećanje koncentracije ugljen dioksida i vodonika, dovodi do nadraživanja centra za disanje što ima za posledicu ubrzano disanje i izbacivanje štetnih proizvoda iz organizma.

U krvnim sudovima postoje receptori koji detektuju povećani nivo ugljen dioksida ili smanjeni nivo kiseonika, oni šalju informaciju moždanom stablu. Moždano stablo šalje signale disajnim mišićima da se poveća dubina i tempo disanja. Glavni respiratorni mišići za disanje su dijafragma



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



(razdvaja trbuh i grudni koš) i međurebarni mišići. Normalno disanje se postiže povlačenjem kupole dijafragme naniže, čime se povećava obim grudnog koša i smanjuje pritisak unutar pluća. Time se stvara nizak pritisak vazduha u plućima, vazduh ulazi kroz nozdrve, putuje niz dušnik i dolazi do pluća - udisaj. U sledećoj fazi dovodi do opuštanja dijafragme, smanjuje se obim grudne šupljine, povećava se pritisak u plućima što za posledicu ima izbacivanje vazduha iz pluća – izdisaj.

Tokom psihofizičkih napora u procesu disanja angažovani su i međurebarni mišići, prilikom udaha istovremno sa spuštanjem dijaframe, dolazi i do kontrakcije međurebarnih mišića koji dovode do podizanje rebara gore i prema spolja, samim tim se dodatno povećava obim grudnog koša, to jest grudne šupljine, a samim tim može više vazduha da uđe u pluća. Udeo u disanju imaju još mišići vrata i trbuha koji mogu da uspore ili da ubrzaju protok vazduha i sta-

bilizuju kičmeni stub što se naročito dešava prilikom naglih i eksplozivnih pokreta u aikidou.

Disanje je proces na koji možemo da utičemo voljom. Činjenicu da psihofizički stres utiče na brzinu, dubinu disanja i da svesnom kontrolom disanja čovek može da utiče na stres znali su mnogi narodi pa su razvijali određene vežbe disanja. Ovaj podatak je naročito bio važan za ratnike koji su bili izloženi stalnim psihofizičkim naporima.

Zamislite samuraja kome je život bio stalno ugrožen, gde je konstantno trebao da se bori. Mislite da to nije stres! Samuraji su znali da samo konstantnom vežbom uma i tela mogu da se nose sa svim izazovima, pa su često praktikovali razne vežbe disanje. Vežbama su postizali da um očiste od nečistih misli, da se fokusiraju, da postignu smirenost i telo pripreme za povećane napore prilikom bitke. Prilikom borbe sa više napadača kontrolom disanja štedeli su svoju energiju i ujedno su nastojali da

poremete protivnikovo disanje kako bi dobili borbu. To se danas koristi u aikidou kao i u drugim boričkim veštinama.

Prilikom izvođenja aikido tehnike bitno je očuvati normalan ritam disanja. Zna se kada se radi izdah, a kada udah. Problem aikidoka je da zaborave da pravilno dišu, zaus-tavljaju dah ili pokušavaju pojačanim i ubrzanim disanjem da urade tehniku. Rezultat toga je zamor, pad koncentracije i gubljenje volje za vežbanjem, a česte su i povrede.

Disanje se u aikidou povezuje sa "KI" ili "Životnom energijom" i smatra se da nema napretka ako se vežbanjem aikidoo ne utiče i na psihofizičko stanje čoveka. Osnovni princip aikido veštine je da čovek svesno bude fokusiran na TANDEN (nalazi se na oko pet centimetra ispod pupka i fizičko je središte glavnih grupa mišića, predstavlja izvor energije čoveka) prilikom izvođenja tehnika, odnosno da um i telo postanu jedno, a u japanskoj kulturi veruje se da se

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



disanjem postiže jedinstvo uma i tela odnosno "širenje KI-ja".

Nepravilno disanje je generalno problem modernog čoveka. Napretkom tehnike i društva, čovek je gubio instinkt preživljavanja, smanjila se fizička aktivnost što je dovelo i do poremećaja u samom disanju. Moderan čovek ima danas nepravilno držanje tela, slabe mišiće a samim tim je došlo do toga da moderan čovek diše plitko - na taj način se organizmu obezbeđuje dovoljna koncentracija kiseonika samo za održavanje vitalnih funkcija i obavljanje svakodnevnih aktivnosti.

Problemi nastaju kada modernog čoveka izložite povećanim psihofizičkim naporima! Tada su organizmu potrebne veće količine kiseonika, a organizam koji nije utreniran onda doživljava stres. To je ujedno razlog i za nastanak mnogih bolesti. Ovo su samo neki od fizičkih problema koje se javljaju prilikom pojačanog mišićnog napora: upala, otežano disanje, kašalj, bol ispod desnog rebarnog luka, povraćanje, vrtoglavice a mogući je i gubitak svesti. Po-

remećaj pažnje, pad koncentracije, anksioznost, su samo par stvari koje se javljaju usled psihičkog stresa. Obično se ove tegobe javljaju udruženo.

Dobra stvar je što su ljudi postali svesni toga, pa se trude da se bave sportom, idu na izlete, planinu i more. Neki dođu i na AIKIDO! Sve to ima za cilj da se udahne malo više čistog vazduha, to jest da se unese više kiseonika.

Ne možete da promenite svoje zdravlje za dve nedelje u godini dana, već se to mora činiti svakodnevnim vežbanjem ili ako niste u mogućnosti, bar tri do četiri puta nedeljno. Zato su treninzi aikidoa, na kojima se između ostalog rade vežbe disanja pravi put za poboljšanje psihofizičkog stanja čoveka!

*"Ako poznaješ umetnost disanja imaš snagu, mudrost i hrabrost deset tigrova."*

– Kineska izreka -

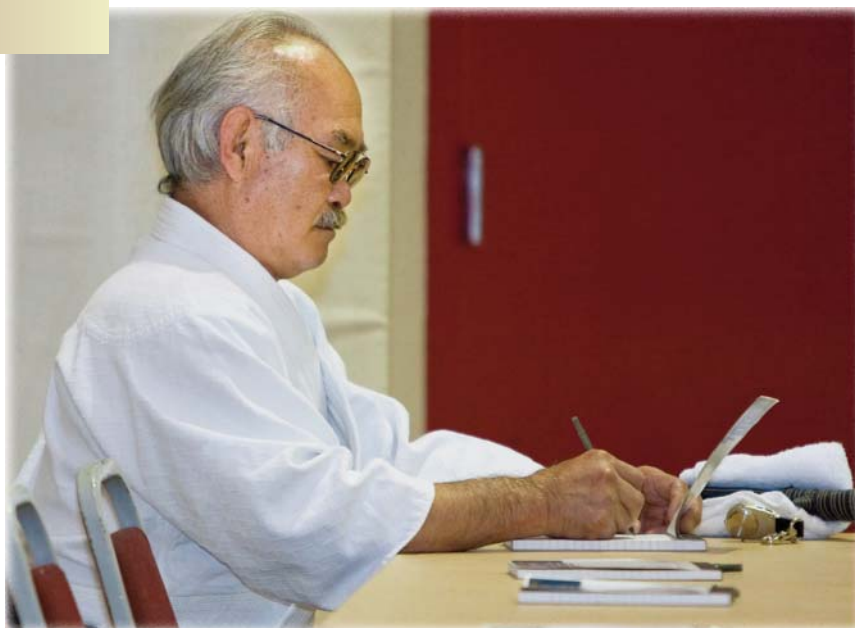


## Čuvajte se aikidoke

*T. K. Chiba Sensei*  
8. dan Šihan

*preneto sa:*  
**AikidoSphere**

*Prevela sa engleskog:*  
**Katarina Novaković**



**B**orilačke veštine (Budo) su zaista zastrašujuća stvar. Iako ne znam šta većina misli o ovome, (uključujući i ljude vezane za aikido), neophodno je naglasiti da su borilačke veštine uvek u neposrednom kontaktu, tj. licem u lice sa smrću. Ipak, potencijalna smrt se nalazi u balansu naspram instiktivne želje za preživljavanjem. Ova činjenica u velikoj meri se odnosi i na samog vežbača, na njegovo telo i um u procesu treniranja i ona naglašava dostojanstvo i poštovanje kako sopstvenog, tako i tuđeg života.

Aikido je potpuno nov način razvijanja ličnosti izvan okvira tradicionalnih i konvencionalnih borilačkih veština i rezultat je pri-

rodnih predispozicija velike ličnosti Moriheja Uešibe. Ipak, to ne znači da aikido negira različite misli koje možete naći u tradicionalnom japanskom budou. Drugim rečima, razvoj aikidoa od tradicionalne borilačke veštine ka novom načinu ličnog razvoja ne znači da aikido prestaje da bude borilačka veština, kao što je nemoguće da ljudi prestanu da budu ljudi ili tvrditi da ljudska egzistencija nije ljudska. Umesto toga, mislim da je prikladnije verovati da je unutrašnje iskustvo samog osnivača, njegova duhovna svetlost, bila emitovana i filtrirana kroz japanski budo. Verujem da je to odgovor za proces koji je osnivač nazivao "take-musu aiki" (istinski aiki).

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

*Ovaj članak se u originalu pojavio u jesen 1985. u časopisu koji je izdavao "Victoria Aikikai" kasnih 90-tih. Zahvaljujemo se dr. Ishu Ishiyami 6.dan, uredniku aikido foruma i glavnom instrukturu "Point Grey Aikikaija" za dozvolu da ga objavimo ponovo. Zahvaljujemo se i Skoti Mac Phail-u 5.dan glavnom instrukturu "Victoria Aikido Centra" na njegovoj dragocenoj pomoći.*



Pre nego što je aikido razvijen koncept aikija je postojao u japanskom budou još od davnih dana. Isto tako, ni stadijum koji je osnivač dostigao, nije eskluзивan i nije bio dostupan samo njemu u istoriji japanskog budoa. Sam osnivač nikada nije rekao da aikido nije borilačka veština i često je govorio da je aikido istinski budo. Ne mogu se složiti sa stavom da je aikido potpuno jedinstvena i nova disciplina i ignorisati poziciju aikidoa koji on ima u istoriji borilačkih veština i njegove veze sa drugim borilačkim veštinama.

Osnivni smisao značenja nemogućnosti da ljudi prekinu da budu ljudi zasnovana je na činjenici da se nemožemo osloboditi ograniče-

nja života i smrti i raznih patnji (rođenje, starenje, bolesti i smrti). Jedinstvenost aikidoa kao načina ličnog razvoja leži u napuštanju samoograničavajuće dobitičko-gubitničke konceptualizacije koju možemo naći u tradicionalnom japanskom budou u cilju težnje ka originalnom i trajnom mestu postojanja tj. životu. U ovim činjenicama vidim razlog zašto je osnivač smatrao da je aikido realni, životni budo.

Takođe, postoje i neki jeftini trendovi koji nisu samo preterano ideološki, već su i komercijalni. Osećam potrebu da ovde upozorim da je to dvostruko pogrešno. Sa jedne strane, aikido kao japanska borilačka veština postaje vre-

menom sve apstraktniji. Sa druge strane, aikido u svom postojanju se sve više oslanja na finansijski pragmatizam. Pored navedenog, dođo kao mesto lične obuke se suočava sa sve većom količinom bespotrebnih organizacionih i političkih pritisaka. Ovakvo sadašnje stanje baca tamnu senku na razvoj aikidoa koji treba da se zasniva na postojanju i razvoju mladih vežbača u njihovim slobodnim i neograničim individualnostima.

Ova dva elementa zajedno sa sve prisutnim hedonizmom u savremenom društvu moraju se prevazići traženjem istinskog Puta.

## Aiki Ken



- oduzimanje mača
- osnovni elementi
- vežbe u paru

Ovo je potsetnik na osnovne bodove i udarace u aikidou (štapu) i aikikenu (maču) i na kate i vežbe u paru koje su obuhvaćene "Programom za polaganje Aikikai Srbije".

Izmene u "Programu za polaganje" vezane za štap i mač biće primenjivane od 15. juna 2013. godine.

### **SUBURI** (samostalne vežbe mačem)

1 -7. Suburi mačem

### **KUMITACHI (TACHI)** (vežbe u paru)

1. 1- 5. kumitachi

2. Kimosubino tachi

### **TACHIDORI**

1. Tachidori uke (oduzimanje mača od ukea)



- vežbe u paru
- osnovni elementi
- oduzimanje štapa

## Aiki Jo (đo)

### OSNOVNI ELEMENTI:

#### TSUKI serija

1. CHOKU TSUKI
2. SHIGOKU TSUKI
3. KAESHI TSUKI
4. USHIRO TSUKI

#### UCHIKOMI serija

5. SHOMEN UCHIKOMI
6. RENZOKU UCHIKOMI
7. JODAN GAESHI UCHIKOMI

#### GAESHI serija

8. SHOMEN UCHIKOMI GAESHI
9. YOKOMEN UCHIKOMI GAESHI
10. CHUDAN GAESHI
11. GEDAN GAESHI
12. JODAN GAESHI

#### KATATE serija

13. KATATE GEDAN (JODAN) GAESHI
14. KATATE TOMA UCHI
15. KATATE HACHI NO JI GAESHI

#### HASSO GAESHI serija

16. HASSO GAESHI MENUCHI
17. HASSO GAESHI TSUKI
18. HASSO GAESHI USHIRO TSUKI a) kaiten  
b) irimi kaiten
18. HASSO GAESHI USHIRO UCHI
20. HASSO GAESHI USHIRO HARAI

#### NAGARE serija

21. (HIDARI) NAGARE GAESHI UCHI
22. (MIGI) NAGARE GAESHI TSUKI

#### JO KATE (samostalne vežbe štapom)

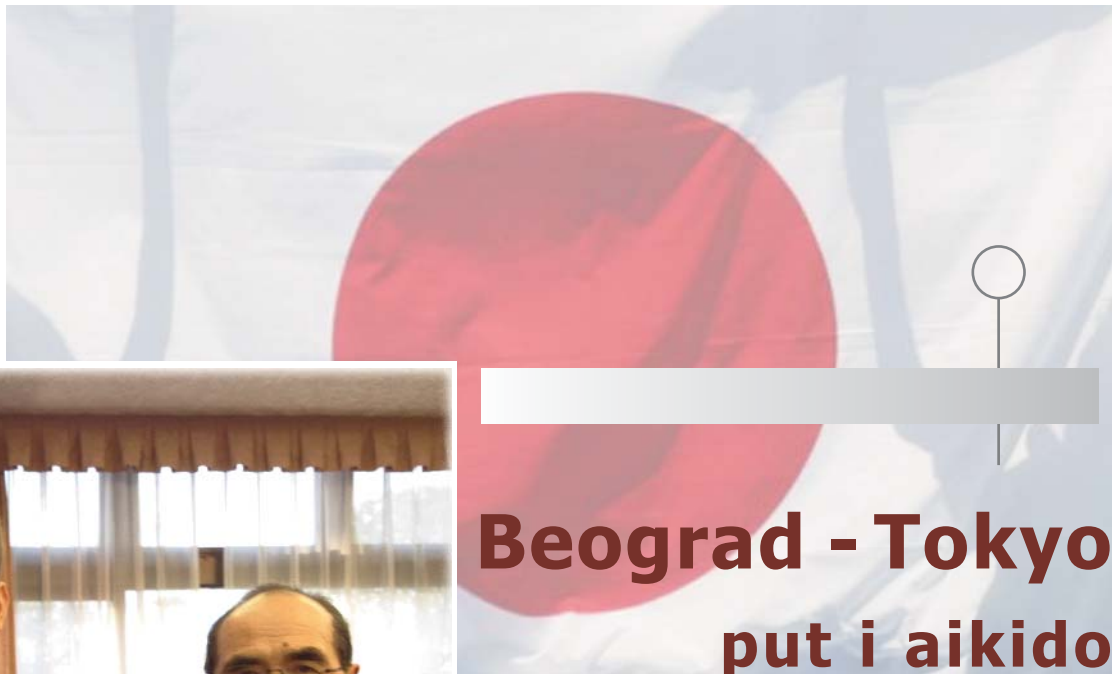
1. Kata 14
2. Kata 17
3. Kata 31

#### KUMIJO (vežbe u paru)

1. 1- 7. kumijo
2. Kumijo (Banja 2003, 2012.)

#### JODORI

1. Jodori uke (oduzimanje štapa od ukea)
2. Jodori tachi (tehnikе kad je štap kod torija)



## Beograd - Tokyo put i aikido 2012 - 2013.

putopis napisao:  
**Aleksandar Pavlović**  
*Hombu Dođo 2.dan*



Svanuo je 3. septembar 2012. Poslednji doručak kod kuće i užurbana provera kofera i stvari pred put. Odlazak na aerodrom dobro poznatim autoputem. Čudno je kako nam i male stvari nedostaju kada se osvrnemo i pogledamo unazad. Na aerodromu potpuna panika, ruska aerokompanija traži doplatu za kofer u visini od 150 evra, pošto je u njega spakovano kilo i po viška, na kraju sve stvari pakujem u kesu, zatvaram kofere, trenutno na sebi

dragih ljudi željno iščekujem let koji će me povesti preko Moskve do Tokija.

Pozdravi sa dragim osobama, po koji izliv emocija u tečnom agregatnom stanju i zujanje u ušima, slično onom šumu kada zagnjurite u vodu. U tim trenucima sve se dešava neverovatno brzo, ali opet svaki trenutak ostaje urezan u mozgu, kao da je trajao večnost. Leteo sam do Moskve i ranije, tako da mi sam let nije predstavio preterano iznenađenje, ali me je

iznenadilo to što smo kasnili više od pola sata a imao sam samo sat vremena da uhvatim let za Tokio. Lice imigracionog radnika, njegova gestikulacija, i reči RUN mi nisu mnogo pomogle. Naravno, propustio sam let! U svoj guzvi sam uspeo da izgubim već pomenutu kesu, pertla na zimskim cipelama mi se odvezala dok sam trčao i uspeo sam da je nagazim i da se prostrem celom dužinom na tek uglačani pod aerodroma Shermetyevo. Dolazam na terminal i na gate u trenutku kada avion odlazi. Baš taj let je trebalo da me odvede u zemlju o kojoj sam dugo maštao. Razgovor sa ljubaznim ruskim radnicima na aerodromu i njihovo objašnjenje da je jedina opcija da



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Zemun

sačekam do sutra uveče na aerodromu, ili da eventualno pokušaju da nađu neki drugi let koji će me kasnije spojiti sa Tokijom. Na kraju su uspeali da me smeste za avion koji je išao za Peking, a potom bih iz Pekinga imao let za Tokio. Trebalo je da bude 6 sati razlike između letova, i to bi bilo dovoljno da let iz Moskve nije pomeren i odložen za skoro 5 sati. Gomila nervoznih ljudi na aerodromu, upoznam devojkicu iz Bugarske koja ide u Kinu na studije i mladi bračni par iz Iraka, svi željno iščekujemo taj let i kulturne razlike se malo primećuju.

Konačno, avion dobija dozvolu za let i provodim sledećih par sati u avionu pritiskajući dugme za pozivanje stjuardese i zbijajući šale

sa devojkicom iz Bugarske i ruskom stjuardesom koja je vidno izmorena jer je sve vreme bila u avionu. U Kini totalno drugačija priča. Izlazim iz aviona i vidim svoje ime napisano na papiru u rukama nasmejane Kineskinje. Devojkica mi se ljubazno izvinjava na engleskom jeziku i za razliku od onog Rusa, njeno RUN mi deluje kao pesma... Na svu sreću trčali smo zajedno, i to samo do autobusa koji me je vozio pravo na pistu gde je avion čekao samo mene. Nisam prošao nikakve kontrole, carine ni čuda, direktno sa piste na pistu. "All Nippon Airlines" poleće tačno na vreme, dobijam mesto do prozora sa koga imam prelep pogled na Kineski zid a pored mene seda Japanac. "Ćao, ja sam Džun. Jesi li

dobro? Izgledaš malo loše." Eee, družu, pa kako i ne bih posle 20 sati provedenih u avionima i na aerodromu... Ćaskamo nešto, saznajem da studira na Keio univerzitetu i da završava prava, kaže velika naftna kompanija mu je već ponudila ugovor, kao što se dešava sa svim studentima u Japanu. Pokušavam da se našalim kako ne mora da se brine da će završiti na birou za zapošljavanje, ali on moju šalu ne shvata, kao što ni ne shvata zbog čega imamo biroa za zapošljavanje? Posle sat vremena me snaga konačno napušta i uhvatim sebe kako sam posle japanske hrane u avionu savršeno zadovoljan sedištem i prekrivačem koji sam dobio i tonem u dubok san. Sanjam o zemlji u koju idem, o



Zajednička slika nakon embukaija sa alumnima i Tatom senseijem

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.

*Oidashi keiko i Tsuboi Sensei*



ljudima, kulturnoj razlici i svemu onome što nosi sutrašnji dan. Budi me Džun i najava pilota da smo iznad Tokia. Slećemo, Narita. Prolazak pasoške kontrole, dobijanje radne vize i boravišne dozvole je trajalo cirka 15 minuta. Zapahnuo me je vreo Tokijski vazduh. Pokušavam da uzmem kofere ali naravno, obaveštavaju me da su zatvoreni negde u Moskvi i da će ih naknadno poslati. Skoro je ponoć. Metro će uskoro prestati da radi. Džun me poziva da prespavam kod njega ali ga ljubazno odbijam. Jedina opcija mi je da iznajmim hotel blizu aerodroma što i činim. Sutra je novi dan. Ljudi sa **Waseda Univerziteta** će doći po mene i konačno ću se smestiti u dom. Uživam u dugačkom brčkajući u kadi i provodim noć gledajući japansku televiziju na hotelskoj plazmi.

Sutradan ustajem, upoznajem Amerikanca koji služi na Okinawi,

stižem na aerodrom gde me dočekuje nasmejana Japanka, upoznajem nekoliko internacionalnih studenata: Pitera iz Česke (za koga se kasnije ispostavilo da može da popije koliko i bilo koji Rus), Rosie iz Londona, Martu iz Barselone, Francesca i Francesca Italijane i još mnoge druge. Autobus nas vozi u smeštaj i taj put nikada neću zaboraviti. Posle toga sam se bezbroj puta vozio po Tokiju ali prvi pogled na ovaj grad iz autobusa vas ostavlja bez daha. More ulica, automobila i nebedera izgleda beskrajno, još je lepše ukoliko se vozite u večernjim satima kada je ceo grad okupan prelepim svetlima.

Smeštaj je po japanskim standardima, svako ima svoju sobu i kupatilo, a kuhinju delimo na spratu. Posle par dana upoznajem okolinu i kampus Univerziteta a saznajem i da su na Wasedi dva aikido kluba.

Čvrsto rešen da što pre krenem da treniram odlazim do prvog kluba. To je "**Waseda Aikido club**". Na treningu ima desetak momaka, prilazi mi kapiten, ljubazno razmenjujemo par reči i poziva me da se priključim. Stil aikidoa koji se vezba u klubu je osnovao Tomiki Kenji Sensei a sam stil se naziva "**Shodokan Aikido**" i poprilično se razlikuje od aikidoa kojim se mi bavimo. Prva stvar koja mi je zapala za oko je da niko ne nosi hakame. Treninzi sami po sebi su bili veoma intenzivni i svakonevni, ali su se uglavnom svodili na vežbe snage, kondicije i eventualno po koja osnovna aikido tehnika.

Posle dve nedelje odlučujem da probam i drugi klub. Preko Japanke koju sam upoznao dobijam kontakt kapitena, na moje veliko oduševljenje treninzi "**Waseda Aikikai kluba**" se odvijaju u Hombu doju. Pojavljujem se na prvom treningu u oktobru, kapiten kluba,

# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Yoshida Ryotaro me dočekuje i upoznaje sa svima. Klub ima preko 50 članova a osnovan je od strane **Tada Sensei**-a u vreme dok je on bio student na Wasedi. Prvi trening mi je bio dovoljan da saznam da će za vreme mog boravka u Japanu ovo biti moj klub. Yoshida, iako godinu dana mlađi od mene, se od malih nogu bavi aikidoom i ima savršenu tehniku. Kapiten kluba se postaje prema zaslugi i to tako što svi članovi kluba biraju kapitea, a njega su izabrali jednoglasno. Sensei koji drži treninge u Hombu je **Takeki Tsuboi Shihan** i on nam najčešće drži treninge pošto Tada Sensei često putuje po svetu. Posle prvih par treninga su mi noge stalno bile krvave i kolena su mi otekla zahvaljujući tatami

strunjačama u Hombu. Za one koji nisu bili upozorenje - strunjače su izuzetno tvrde. Naravno, i po tako tvrdim strunjačama suvriwaza je svakodnevnica. Neki me savetuju da kupim štitnike za kolena ali mi Yoshida govori da mi je to nepotrebno i da je stvar u umu, a da će se telo navići vremenom.

Tih prvih par nedelja aikidoa su bile bolne za mene. Treninzi traju po sat i po vremena, svaki dan. Postoji naravno i opcija da se ostane duže ko želi, mnogi članovi kluba su to i radili, ali sam ja samo želeo da što pre uletim pod tuš i da popijem aspirin. Postoji tačno određena hierarhija u klubu i nebitno je ko koliko ima godina, bitno je kada se priključio klubu.

Tako da sam u prvih 6 meseci uredno čistio tatami pre i posle treninga, što mi iskreno i nije smetalo. Najbitnije mi je bilo što su me svi prihvatili i što nam se aikido ne razlikuje previše. Najviše sam bio oduševljen devojkama, ali ne tako kao što ste navikli od mene ili kao što ćete pomisliti kada pročitate ovo, već njihovim stilom aikidoa, pokretima i lakoćom sa kojom dele šamare ukoliko ne uspete da ih pratite tokom tehnike. Tokom treninga svako radi sa svakim. Radi se isključivo u paru, a procedura je takva da u smeru kazaljke na satu mlađi učenici prilaze starijima tako da se partneri menjaju posle svake tehnike.



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



*Oidashi keiko - pozdravljanje sa članovima*

Mesec dana kasnije me je Yoshida pitao da li bih učestvovao u aikido embukaiju za dan Waseda Univerziteta. Sam poziv me je oduševio. Na embukaiju su prisustvovali: Tada Sensei, Tsuboi Sensei, kao i mnogi drugi članovi aikikai organizacije iz mnogih drugih univerziteta u Tokiju. Sam embukai je bio naporan zbog činjenice da smo sat i po vremena sedeli u seiza položaju posle čega sam jedva uspeo da ustanem. Posle toga smo imali svečanu večeru sa starešinama kluba, a potom i jedna od **izakaya** (japanski bar u kome se u roku od 2 sata neograničeno jede i pije po ceni od oko 2.000 dinara). Najviše mi se dopalo što mnogi ljudi ovde znaju za našu zemlju i za sve probleme koji su se dešavali u prošlosti.

Posle embukaija su usledili normalni svakodnevni treninzi, a još

jedna ceremonija kojoj sam nedavno prisustvovao je "**oidashi-keiko**". Oidashi bukvalno znači izbacivanje i ta ceremonija je pozdravljanje sa članovima koji od sledeće godine iz nekog razloga neće više vežbati sa nama. Treninzi su po pet sati dnevno i veoma intenzivni, tako da sam viđao ljude koji bukvalno ne mogu da stoje na nogama. Naravno, najviše se očekuje od članova koji napuštaju klub jer je to njihov pozdrav sa aikidoom bilo da je na određeno vreme zbog obaveza na poslu, preseljenja ili da su odlučili da prestanu da se bave aikidoom (što se ređe dešava). Posle Oidashi-ja mi je na red došao ispitni rok tako da sam na kratko vreme uz izvinjenje izostao sa treninga, a trenutno je klub na raspustu i pripremama na koje nisam otišao, ali se nadam da ću se na letnjim pripremama pojaviti...

Trenutno sam na raspustu, tako da se trudim da što više obiđem Japan. Što se tiče putovanja po Japanu za sada sam obišao: Tokio (naravno), Shizuoka prefekturu, poluostrvo Izu i planinu Fuji, kao i skijaške centre Naeba i Kagura.

O svim tim putovanjima i utiscima mislim da nemam prostora da pišem u ovom izdanju časopisa, kao ni o japanskoj hrani, piću, običajima i kulturi ali to sve može da sačeka neke druge dane. Za sada se nadam da ste uživali čitajući ovaj izveštaj, a ukoliko imate bilo kakva pitanja slobodno me kontaktirajte.

Neke od vas uskoro i očekujem u svom novom stanu. Do nekog sledećeg javljanja pozdrav svim aikidokama!!!

Shinjuku-ku, Tokyo,  
19. februara 2013.

# Vkus Banzovog mača

---

Umetnost  
Filozofija  
Kultura  
Japan  
Jezik



# 合気道

Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



DR EUGEN HERIGEL,  
(nije na slici ispod) rođen je 1884. u  
Nemačkoj kod Kela. Nakon završenih  
studija filozofije 1923. postaje profesor u  
Hajdelbergu. Od 1924. do 1929. predaje na  
Carskom univerzitetu u Japanu, a od 1929.  
do 1948. predaje filozofiju u Eiiangenu.  
Umro je 1955. u Partenkirhenu.

## Zen i umetnost gađanja iz luka

*Eugen Herigel*

*preneto iz knjige:*

*"Zen i umetnost gađanja iz luka"*

Jednog dana u trenutku kada je moj hitac bio odapet uzviknuo je majstor: "Ono je tu! Poklonite se!" Kada sam docnije pogledao na metu - to nažalost nisam mogao propustiti - primetio sam da ju je strela samo po ivici okrnula. "To je bio pravi hitac", odlučio je majstor, "i tako se to mora započeti. Ali za danas dosta toga, jer ćete inače prilikom sledećeg hica ponovo stvoriti nameru i pokvariti dobar početak." Tokom vremena polazili su mi katkad za rukom jedan za drugim više hitaca koji su pogađali metu, pored naravno još mnogih neuspelih. Ali, kada bih i u najmanjoj meri napravio takav izraz lica da tu nešto uobražavam, majstor bi me neobično oštro dočekao. "Ta šta vam pada na pamet!" povikao bi tada. "Ne treba da se ljutite zbog loših hitaca, to već odavno znate. Tome dodajte da ne treba da se radujete uspelim hicima.

Morate se osloboditi od onoga prelaska sa zadovoljstva na nezadovoljstvo i obratno. Morate se naučiti da u atmosferi opuštene ravnodušnosti stojite iznad toga, da se dakle radujete tako kao da je neko drugi, a ne vi dobro gađao. I u ovome se morate neumorno vežbati - vi uopšte ne možete odmeriti koliko je to važno".

Ovih nedelja i meseci prošao sam najtežu školu moga života, pa i ako mi nije uvek lako padalo da se uklopim, ipak sam počeo postepeno da uviđam koliko mnogo imam njoj da zahvalim. Ona je uništila i poslednje trzaje težnje da se bavim samim sobom i kolebanjima svog raspoloženja. "Shvatate li sada", upitao me je majstor jednog dana posle posebno dobrog hica, šta to znači: "Ono gađa, ono pogađa?"



# 弓道

*Kyudo, put luka*

*Kolebljivo bavljenje ovom ili onom tehnikom nije ni od kakve koristi.  
Jednostavno, delujte odlučno, bez dvoumljenja!*

**Morihej Uešiba**

"Bojim se", odgovorio sam, "da uopšte više ništa ne razumem, čak i ono najjednostavnije postaje zbrkano. Da li sam to ja koji zateže luk ili je to luk koji me dovodi u stanje najviše napetosti? Da li sam to ja koji pogađam cilj, ili cilj pogađa mene? Da li je to što nazivate ono duhovno u očima tela ili telesno u očima duha - da li je to i jedno i drugo ili nijedno od svega toga? Sve to: luk, strela, cilj i ja toliko se prepliću jedno sa drugim da ih više ne mogu odvojiti. I čak je nestalo potrebe za odvajanjem. Jer čim uzmem luk u ruke i gađam sve postaje tako jasno i jednoznačno i tako smešno jednostavno..."

"Upravo sada", prekinuo me je majstor, "tetiva luka je prošla kroz vas." (...)

Bojim se da se sada kod nekog javlja sumnja kako je gađanje iz luka, otkako više ne igra nikakvu ulogu u borbi muškaraca, preraslo u neku preteranu duhovnost i time se nezdravo sublimiralo. Pa ipak ne mogu zameriti nikome ko tako oseća.

Utoliko pre valja još jednom naglasiti da zen nije tek nedavno počeo temeljno uticati na japanske umetnosti, a time i na umetnost gađanja iz luka, nego da taj proces traje vekovima. Zapravo neki majstor gađanja lukom iz davno prohujalih vremena, koji

zna koliko je često imao da izdržava probu, o suštini svoje umetnosti ne bi mogao reći ništa drugo što ne bi rekao i današnji majstor u kome živi "Veliko učenje". Tokom vekova duh ove umetnosti ostao je isti, toliko malo se promenio i sam zen.

Da bih, međutim, predupredio svaku moguću sumnju, a iz vlastitog iskustva znam da je njeno pojavljivanje ipak razumljivo, želim da se osvrnem na još jednu japansku veštinu, čiji značaj za borbu se čak ni pod današnjim okolnostima ne može osporavati: na veštinu mačevanja. Nije mi to blisko samo iz razloga što je majstor Ava umeo da kaže da i mač "duhovno" vodi, i što je povremeno ukazivao na začuđujuću podudarnost iskustava između majstora luka i mača, nego još više iz razloga što postoji književni dokument najvišeg ranga iz vremena u kome se viteštvo nalazilo u punom procvatu, po kome su majstori mača morali, dakle, biti u stanju da svoje majstorstvo najkategoričnije potvrđuju u borbi na život i smrt. To je "**Nepokretna mudrost**", Takuanov traktat, spis jednog velikog majstora zena, u kome se opširno govori o povezanosti zena sa veštinom mačevanja i tako ujedno o praksi borbe mačem. Ne znam da li je to jedini dokument koji tako obuhvata i izvorno izlaže "Veliko učenje", majstorstvo mačevanja; još manje znam da li u vezi veštine

gađanja iz luka postoje slična svedočanstva. Ali jedno je sigurno: velika je sreća što je Takuanov spis sačuvan, i velika je zasluga Suzukija što je ovaj spis preveo bez suštinskog skraćivanja i tako učinio pristupačnim najširim krugovima. Pokušaću da istaknem vlastitim redom, što je moguće jasnije i jezgrovitije, ono što se već pre više vekova podrazumevalo pod majstorstvom mačevanja i što se, prema zajednički prihvaćenom shvatanju tadašnjih velikih majstora ima razumeti.

Na osnovu poučnih iskustava koja su stekli sami ili preko svojih učenika među majstorima mačevanja smatra se proverenom činjenicom da početnik, ma koliko bio snažan i oran za borbu, ma koliko po prirodi bio hrabar i neustrašiv, na početku obuke osim svoje prostodušnosti gubi i svoje samopouzdanje. On sada upoznaje sve tehničke mogućnosti ugrožavanja života drugog u borbi mačevima, i mada je uskoro u stanju da krajnje pojačava svoju pažnju, da protivnika oštro posmatra, da njegove udarce odbija po svim pravilima veštine i da čini uspele prepade, on je ipak u tome gori nego ranije, kada je još nasumce mlatio mačem oko sebe, na šta su ga pobuđivali trenutak i borbena strast prilikom igre u vežbi, upola u šali i upola ozbiljno. On sada mora sebi priznati i pomi-



# 合気道

## Aikikai Srbije

Aikido bilten 12 • 2013.



Hiroyuki Sanada, iz filma "Poslednji samuraj"

riti se s tim da će podleći svakom jačem, okretnijem i izvežbanijem, da će biti nemilosrdno izložen njegovim sigurnim udarcima. On pred sobom ne vidi nikakav drugi put osim puta neumornog vežbanja, a i njegov učitelj privremeno ne zna ni za kakav drugi savet. Tako učenik sve polaže na to da prevaziđe druge, pa čak i samoga sebe. On stiče jednu vanredno ubedljivu tehniku, koja mu vraća deo izgubljenog samopouzdanja, i oseća kako se sve više i više približava cilju kome teži.

Učitelj, međutim, misli o tome drugačije - s pravom, uverava Takuan: jer sva umešnost vodi učenika samo tome da se njegovo srce otrgne kroz mač. Pri tome se početna nastava uopšte ne može davati drugačije; ona je početniku potpuno primerena. Ona, kao što učitelj veoma dobro zna, ipak ne vodi cilju. Neizbežna je činjenica da učenik, uprkos svojoj revnosti i možda urođenoj sposobnosti za mač, ne postaje majstor mače-

vanja. Ali zbog čega se dešava da on, koji je već odavno naučio da se promišljeno odupire borbenoj strasti i da čuva hladnokrvnost; da on, koji svoju telesnu snagu obazrivo deli, koji se oseća očeličenim za dvoboj dugoga daha i u širem krugu teško da još nalazi ravnopravne protivnike, ipak mereno poslednjim merilima, omašuje i stagnira?

To se prema Takuanu dešava zato što učenik nije u stanju da izbegne pažljivo posmatranje protivnika i način na koji on pokreće mač; zato što razmišlja kako će mu najdelotvornije doskočiti, vrebajući trenutak u kome će protivnik pokazati slabu stranu. To se dešava zato što on, ukratko rečeno, čitavu svoju veštinu i znanje podvrgava savetu. Tako postupajući on, prema Takuanu, gubi "prisutnost srca": i zato presudnim udarcem dolazi uvek prekasno i ne može "okrenuti protivnikov mač protiv njega samog". Što više ide za tim da kretanje mača učini za-

visnim od svog premišljanja, od svesnog korišćenja svoje umešnosti, od borbenog iskustva i taktike, utoliko više on koči slobodnu pokretljivost u "delovanju srca". Kako se tome može doskočiti? Kako veština postaje "duhovna", kako se iz suverenog vladanja tehnikom dolazi do majstorskog kretanja mačem? Samo tako, glasi odgovor, što se učenik lišava namera i onoga Ja. On mora biti doveden do toga da se ne odvoji samo od protivnika, nego i od samoga sebe. On mora proći kroz stupanj u kome se još uvek nalazi, konačno ga ostaviti za sobom - čak i po cenu da doživi potpuni neuspeh. Ne zvuči li to isto tako besmisleno, kao kad se kod gađanja iz luka zahteva da se pogodi ne nišaneći, da se, dakle, potpuno ispusti iz vida cilj i namera da se pogodi?

Imajmo u vidu, međutim, da se majstorstvo mačevanja, čiju suštinu Takuan opisuje, upravo hiljadu puta potvrdilo u borbi...



## Nepokretljiva mudrost

*Takuan Sensei (1582-1945.)*

*preneto sa sajta:*

*Aikikai Srbije (www.aiki.rs)*



*Krećite se kao zrak svetlosti:  
letite kao munja,  
udarajte kao grom,  
vrtite se u krug oko  
Stabilnog centra.*

*Morihej Uešiba*

*Pouka o mačevanju **Takuan senseia** (1582-1645.) svom učniku Jagju Tađiama-no-kamiju. Takuan je bio jedan od najpoznatijih učitelja zena u periodu Tokugava i jedan od učitelja sigurno najpoznatijeg samuraja u istoriji Japana **Mijamota Musasija**.*



Umetnosti mačevanja najvažnije je steći izvestan mentalni stav poznat kao nepokretljiva mudrost. Ova mudrost se intuitivno stiže nakon mnogih praktičnih vežbi. Nepokretljiv, ne znači biti ukočen težak i beživotan poput kamena ili komada drveta. Pod tim se podrazumeva najveći stepen pokretljivosti sa središnjom tačkom koja ostaje nepomična. Tada um postiže najveći vrhunac hitrine, gotov je da svoju pozornost upravi gde je potrebno - levo, desno, u svakom pravcu.

Kad tvoju pažnju privuče i zadrži zamahnuti neprijateljev mač, izgubio si prvu priliku da sam načiniš sledeći potez. Oklevaš, misliš, a dok to premišljanje traje, tvoj protivnik je spreman da te obori. Stvar je u tome da mu ne pružiš tu priliku. Moraš pratiti kretanje mača u neprijateljevim rukama, ostavljajući umu slobodu da sam načini svoj protivpotez bez mešanja tvog razmišljanja. Krećeš se

kao što se protivnik kreće i to će te dovesti do njegovog poraza. Ovo, što se može nazvati mentalnim stavom neometanja, sačinjava najvitalniji elemenat mačevanja, a takođe i zena. Ako između dva čina ostane mesta koliko za jednu vlas, to je prekid. Kad pljeskamo dlanovima, zvuk se začuje bez trenutka razmišljanja.

Zvuk ne čeka niti razmišlja pre nego što se zaori. Tu nema posrednika, jedan pokret sledi drugom a da ih čovekov svesni um ne prekida. Ako se uznemiriš videvši da neprijatelj samo što te nije oborio, pa razmišljaš šta da činiš, ti mu ostavljaš mesto, to jest pružaš mu dobru priliku za smrtonosni udarac. Neka tvoja odbrana bez trenutka prekida prati napad, pa neće postojati dva odvojena kretanja poznata kao napad i odbrana. Ova trenutačnost tvoje akcije neminovno će dovesti do toga da neprijatelj sam sebe porazi.



- AK "ALFA" Bela Crkva • AD "BUDO" Novi Sad • AK "CENTAR" Beograd • AK "DAITOKAN" Požarevac
- AD "EDO" Beograd • AK "EIKI" Beograd • AD "IKEDA" Niš • AD "IKEDA 2" Malošište
- AK "KOŠAVA" Beograd • AD "KRUŠEVAC" Kruševac • AK "OKAMI" Aleksinac
- AD "OZREN" Soko Banja • AK "PROKUPLJE" Prokuplje
- AD "SINĐELIĆ" Beograd • AD "SHIN KEN" Beograd
- AK "SHOGUN" Kruševac • AD "SENSEI" Niš
- AD "SUNCE" Vršac • AD "TAKA" Niš
- AD "TAKA" Merošina • AK "TENŠIN" Pirot
- AK "VLASOTINCE" Vlasotince
- AD "YAMATOKAN" Beograd
- AD "ZEMUN" Zemun



Hiroshi Tada sensei, 9.dan, Milano, 7. oktobar 1990.

www.aikis.rs