

AİKİDO

Aikido çalışan insanlar, Savaş disiplinlerinden biri olan Aikido ile bir sanat öğrenmenin yanı sıra iş yaşamının getirmiş olduğu yoğunluk, stres ve ağır iş yükü gibi sıkıntılardan sıyrılabilirler.

Dikkat, Aikido için çok önemli bir unsur. Aikido çalışanlar, aldıkları eğitimle birçok olayı analiz edebilme ve olaylara farklı açılardan bakabilme yeteneklerini kazanabilmektedirler.

Yönetici, doktor, avukat, mimar gibi önemli mesleklerden insanlar bu sporu yapmayı tercih etmektedirler. Aynı zamanda birçok önemli firmanın üst düzey yöneticisi Aikido çalışıyor. Kendilerine, hem matematik olarak hem sanatsal anlamda Aikidoyu yakın görüyorlar.

Aikido'nun en güzel yanlarından biri müsabakasının olmayışı. Tek amaç, iyi bir kişisel gelişim. Ne yaparsanız kendiniz için yapıyorsunuz. Bunu yaparken de başkaları ile anlamsız bir rekabete girmiyorsunuz. Bu bizi diğer savaş sanatlarından ayırmakta. Aikido, kendini kontrol edebilme, kendini tamamlayabilme özelliklerini içinde barındırıyor.

İş adamları ve yöneticiler, iş hayatında var olmak için “çok yönlü” olmak zorundadır.

Vuku bulan olaylar karşısında, karar ve değerlendirme mekanizmalarının yerinde, hızlı ve doğru olması gerekmektedir. Zira iş hayatı doğru kararlarla genişler ve büyür. Doğru ve hızlı karar verilemediğinde avantaj, rakibe geçer, fırsat kaçabilir.

Gerek Psikoloji, gerek Sosyoloji, gerekse Astroloji biliminde insan tiplerinin tarifleri yapılırken “Çok yavaş”, “Yavaş”, “Hızlı Karar” verenler olarak, tanımlanması yapılmaktadır. Karar vermeyi hızlandıran etkenleri incelediğimizde, karşımıza, sık karar alma zorunluluğu olan kişilerin, daha hızlı karar alabildikleri ve değerlendirmelerini daha hızlı ve doğru yapabildikleri ortaya çıkmıştır.

Gerçek hayatta, konulara tam olarak vakıf olma, anlama, değerlendirme, ve hızlı karar verme; “çok karar verme antrenmanı yapanlar için” kuşkusuz doğru karar sayısını artırır.

Aikido burada çok önemli bir rol oynamaktadır. Aikido’da “karar anı temas anıdır”. Tüm aikido antrenmanlarında, saldıran daima hamle yapmakta, kişi ise kendini savunmaktadır. Ancak savunma sonuç değildir. Savunmanın hemen akabinde saldıranın etkisiz hale getirilmesi temel unsurlarındandır.

Kişi yapacağı savunmayı; savunma sonrası yapacağı kendi hamlesine uygun yapmalıdır. Daha başka bir deyişle, karşıdan gelen hamleyi savuşturmak asıl amaç değildir. Savunma sonucu hamle yapmaktır. Kişi işin başında, iki aşamalı düşünceyi tek potada eritip, tek paket halinde zihninden çıkartması gerekmektedir. İşte bu konuya karar vermelidir. Aikido antrenmanları aynı zamanda bol karar alma ve kararını gerçekleştirip sonucu görme antrenmanlarıdır.

Aikido çalışan insan kitlesinin ne kadar entellektüel olduğu, yapı incelendiğinde net olarak görülmüş ve tüm spor camiası tarafından kabul edilmiştir.

Aikido tekniklerinin diğer unsurlarından biride, karşıdakinin enerjisini kullanmaktır. Burada da zihinsel farkediş hızlı olmalı hareketlere ve konunun tümüne hakimiyeti çabuk sağlanmalıdır.

Savunmaların ve hamlelerin tümü, zihinsel kavrayış yeteneğinin gelişmesi ve hızlanmasıyla hergün mükemmelleştiği deneylenmektedir.

Zihinsel kavrayışta ve karar vermekte gelişen çabukluk, Aikido antrenmanlarının sıklığı ile doğru orantılı olarak arttığı, aikido yapanlar tarafından daima ifade edilmektedir. Yaşantımıza yansıdığını görmek , şu anda yaşadığımız bir hakikattir.

Yukarda ifade edildiği gibi iş adamlarının ve yöneticilerin karar alma yeteneklerinin Aikido yaparak gelişeceği teorik ve pratik olarak ispatlanmıştır.

Ayrıca, “çok yavaş” ve “yavaş “ karar alabilen insan tiplerinde, aikido sporunun sunduğu bu haslet bu tür insanların hayatlarındaki kriz noktalarını aşmaya yardımcı olmaktadır.

Örnek olarak; Finansbank Genel Müdürlüğü, yöneticilerine, “Aikido ile karar alma sürecinin hızlandırılması” başlıklı seminerler verdirmiştir.

Sonuç olarak şunu söyleyebilirizki, Aikido, bu disiplini çalışanlarda, zihinsel kavrama kabiliyetini geliştirdiği, kavrama çabukluğunu artırdığı, karar verme hızını ve kabiliyetini artırdığını ispat etmiştir. Verilen örneklerden toplumda fiilen uygulandığı görülmektedir.

İş hayatının önemi bilinmektedir. Aikido'nun karar süreçlerini hızlandırması ile iş adamlarımıza ve yöneticilerimize iş fırsatları yakalatması hayatın gerçeğidir.

Ümit VURGUN (2.Dan Aikikai)

1981, İzmir doğumlu. Dokuz Eylül Üniversitesinde başladığı eğitimine 2001 yılında Amerika'ya giderek devam etti. Marriott Hotels Corporation' da 2 yıl süre ile çalıştı. Türkiye'ye döndüğünde farklı iş kolları ile ilgilendi ve farklı eğitimler aldı. Halen London School of Business and Finance' de Strategic Marketing üzerine MA yapmaktadır.

2003 – 2012 yılları arasında AY Kauçuk Ltd. Şti. bünyesinde şirketin üretim konusunu ilgilendiren önemli yurtiçi ve yurtdışı projelerde çalıştı. Daha sonra kendi kurduğu POLİFAZ şirketi ile ticaret hayatına devam etmektedir.

2006 yılı sonlarında lise yıllarından beri ilgi duyduğu Aikido ile profesyonel olarak ilgilenmeye başladı. Başta Christian Tissier Shihan(7.Dan Aikikai) olmak üzere Gaku Homma Kancho (8.Dan), Kenji Kumagai (7.Dan), Ik-Am Yoon (6.Dan), Pascal Norbelly (6.Dan), Pascal Guillemain (5.Dan) ve Marc Bachraty (5. Dan) ile çalışma fırsatı buldu. Yurt içinde ve dışında seminerlere katıldı.

Eylül 2008' de Shihan Kenji Kumagai' den (7. Dan Aikikai) 1. Dan ünvanını aldı. Eğitimlerine devam ederek T.C. Wushu Federasyonu 2.Dan (Aikido Branşı) ve T.C. Wushu Federasyonu Aikido Antrenörü Sertifikalarını aldı. Ara vermeden sürdürdüğü çalışmalar sonucunda Christian Tissier (Aikikai 7.Dan Shihan) tarzı dinamik, anlaşılabilir ve uyumlu Aikido' yu benimsedi.

Atakan UTKU(4.Dan Aikikai) ile irtibata geçerek bu tarzın çalışılması konusunda kendisinin yanında yer aldı.Nisan 2012 Paris 'te Paskalya Stajında (Stage de Paques) Christian Tissier Shihan'ın önünde sınava girerek Shihan'dan 2.Dan ünvanını aldı.

Çalışmaları uygun bir şekilde sürdürebilmek ve yeni gelenlere doğru olarak aktarabilmek için Atakan UTKU ile İstanbul Dojolarında derslere katılmakta ve pedagojik bağı sürekli olarak korumaktadır. Bu tarzın en iyi şekilde çalışılması için Atakan UTKU' nun İzmir'de seminerler vermesini sağlamaktadır.

Vurgun, Aikido' sunun gelişmesi; doğru ve anlaşılabilir olarak çalışılabilmesi için kendisini sürekli geliştirmektedir. Eğitmenlerinden almış olduğu eğitimler:

TARİH			YER	EĞİTMEN
20	TEMMUZ	2010	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
17	AĞUSTOS	2010	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
18 - 19	EYLÜL	2010	İSTANBUL	PASCAL NORBELLY 6.DAN AIKIKAI
29	EKİM	2010	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
25	ARALIK	2010	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
28 - 29	OCAK	2011	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
12	MART	2011	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
22 - 23	NİSAN	2011	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
20 - 21 - 22	MAYIS	2011	İSTANBUL	MARC BACHRATY 5.DAN AIKIKAI
13 - 14	TEMMUZ	2011	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
27	AĞUSTOS	2011	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
1 - 2	EKİM	2011	İSTANBUL	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
25 - 26	KASIM	2011	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
10	ARALIK	2011	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
27 - 28	OCAK	2012	İZMİR	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
3 - 4	MART	2012	İSTANBUL	PASCAL NORBELLY 6.DAN AIKIKAI
24	MART	2012	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 3.DAN AIKIKAI
16 - 21	NİSAN	2012	PARIS	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
4 - 5	MAYIS	2012	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
19 - 20	EYLÜL	2012	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
3 - 4	KASIM	2012	İSTANBUL	PASCAL NORBELLY 6.DAN AIKIKAI
29	KASIM	2012	PARIS	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
1 - 2	ARALIK	2012	PARIS	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
22 - 23	ARALIK	2012	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
19 - 20	OCAK	2013	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
23 - 24	MART	2013	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
20 - 21	NİSAN	2013	İSTANBUL	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
29 - 30	HAZİRAN	2013	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
26 - 27	EKİM	2013	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
9 - 10	KASIM	2013	İSTANBUL	PASCAL NORBELLY 6.DAN AIKIKAI
28	KASIM	2013	PARIS	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
30	KASIM	2013	PARIS	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
1	ARALIK	2013	PARIS	CHRISTIAN TISSIER 7.DAN AIKIKAI
28 - 29	ARALIK	2013	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
22 - 23	ŞUBAT	2014	MERSİN	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
12 - 13	NİSAN	2014	İZMİR	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
2 - 3	MAYIS	2014	İSTANBUL	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
17 - 18	MAYIS	2014	MERSİN	ATAKAN UTKU 4.DAN AIKIKAI
21 - 22	HAZİRAN	2014	İSTANBUL	PASCAL NORBELLY 6.DAN AIKIKAI

şeklindedir.

KADIN – ÇOCUK – ŞİDDET – AIKİDO

Kadınların şiddetten korunabilmeleri için öğrenebilecekleri savunma yöntemlerinin en uygulanabilir olanlarından Aikido. Bu Savaş Sanatı kas gücüne değil, tamamen tekniğe dayalıdır.

Savaş Sanatı eğitimi alan hanımların çoğunluğunu çalışanlar olmaktadır. Bu durum daha fazla sosyal yaşamın içinde olan kişilerin karşılaşılabilecekleri risklerin daha fazla olması ihtimalinden kaynaklanıyor. Böylece kendilerini savunma yeteneğini elde etmek istiyorlar.

Aslında çok sayıda kadın Savaş Sanatı eğitimi almak istemekte ancak, kadınlarımız bu eğitimin nerede verildiğini, verilen yerin uygun koşullarda olup olmadığını, ne kadar ücret karşılığında ders verildiğini, dersi veren eğitmenlerin gerçek yeterliliğini net bir şekilde öğrenemediklerinden bu konuda kararsız kalabiliyor. Belki de bu sebeplerden ötürü hiç başlayamıyor. Biz de elimizden geldiğince yaptığımız işi duyurmaya çalışıyoruz. Savaş Sanatı eğitimi almaya karar vermiş ancak ücret konusunda sıkıntı yaşayan kadınlara, bu eğitimi tamamen ücretsiz de verebiliyoruz.

Yalnızca kadınlara değil, erkek ve çocukları da eğitiyoruz. Ancak özellikle kadınların bu disiplinleri öğrenmelerinin kendilerine büyük avantaj sağlayacağını düşünüyoruz. Bu disiplinlerden birini iyi bir şekilde öğrenen bir kadın karşısındakinden kendini iyi bir şekilde koruyabilir ve belki zarar da verebilir. Bizler tabi ki bu eğitimleri, zarar vermesi için değil, kendini savunması için bu eğitimi veriyoruz.

Örnek olarak Aikido eğitimi alan bir çocukta:

- Denge duyularının gelişmesi
- Kondisyonlarının artması
- Bedenlerini tanıyıp, fark etmeleri
- Sağlıklı bir beden duruşunun yerleşmesi
- Konsantrasyonlarının artması
- Analitik düşünme becerilerinin gelişmesi
- Reflekslerinin artması vb.

hedeflenir. Bunun yanı sıra Aikido, çocukların özgüvenlerinin artması ve sosyalleşmeleri bakımından da büyük yararlar sağlar. Derslerde yapılan çalışmalarda ve uygulanan tekniklerde, kendimizi korumakla, karşımızdakine zarar vermek arasındaki farkın altı önemle çizilir. Kendisini ve birlikte çalıştığı arkadaşlarını korumayı ve başta Aikido dersleri olmak üzere hayatın her alanında şiddet duygusunu kontrol etmeyi öğrenir.

Kısaca; Savaş Sanatı çalışan kişiler sadece fiziksel olarak değil ruhen de olgunlaşarak şiddetin doğabilecek sonuçlarını öngörerek şiddetten uzak duracak ve iyi birer birey olarak toplumda yer alacaklardır. Aklını kullanmayı ve savaşmayı bilenler daha savaş başlamadan önce ve savaşmayı reddederek kazanmışlardır.