

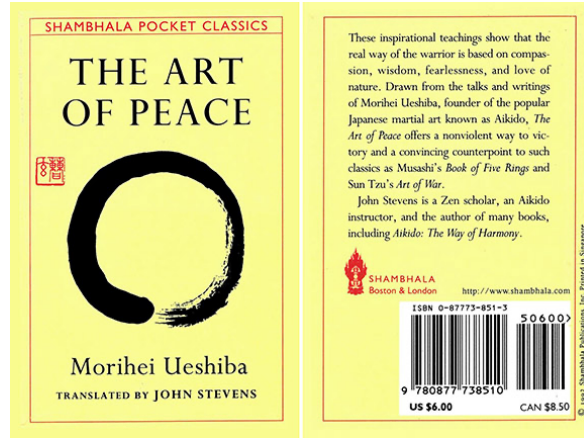
Değerli AIKIDOCU arkadaşlarım!

Aşağıda kapağının resmini gördüğünüz cep kitabını 12.02.2022 tarihinde İstanbul'da yaptığımız seminerde tanıtmıştım. THE ART OF PEACE ismiyle SHAMBHALA yayınevinden 1992 yılında yayınlanan bu kitap... AIKIDO'YA değerli hizmetleri olan SHIHAN JOHN STEVENS'İN önemli bir çalışmasıdır. Amacı, biz AIKIDO'CULARA O SENSEI MORIHEI UESHIBA'NIN kendi orijinal sözlerinden, felsefi düşüncelerinin sözel ürünlerini aktarıp tanıtmaktır.

Doğrudan O SENSEI MORIHEI UESHIBA'NIN bir öğrencisi olan SHIHAN JOHN STEVENS, O SENSEI MORIHEI UESHIBA'NIN bazı sözlerini Japoncadan İngilizceye çevirip, bir cep kitabı şeklinde yayınlamıştır. Türkçeye BARIŞ SANATI ismiyle çevirebiliriz. Kitapta, AIKIDO'NUN felsefi YOL'UNDAKİ gelişim başarınız için manalarını çok iyi anlamanız ve kişisel YOL'UNUZDAKİ felsefi anlama katmanız gereken O SENSEI MORIHEI UESHIBA'NIN yaklaşık yüz on sözü vardır. Biz de burada âcizane... Bu kitaptaki bu sözleri Türkçeye çevirip, oldukça aslına yaklaşılarak ve kendi felsefi yorumumuzla sizlerin bilgi dağarcığınıza sunuyoruz. Amacımız 20. Y. Yılda 1919 yılından itibaren yapılanmaya başlayan ve AIKIDO adı verilen muhteşem bir BUDO eserinin özünü; Kurucusunun felsefi sözlerinden sizlere aktarıp YOL'UN anlamını tanıtmaktır. Böylece sizlerin kişisel düşünce tabanınızda, gerektiğinde düşünen zihninizin yargılarında referans alacağı, AIKIDO hakkında sadece sizin zihinsel yargılarınıza dayanan öz görüşleriniz kayda geçmiş olacaktır.

TATAMI üzerinde AIKIDO çalışan tüm okuyucularımıza; AIKI YOL'LARINDA ve özel hayatlarında başarılar dileriz. Saygılarımızla.

M. Zerrin Başoğlu



AIKIDO

THE ART OF PEACE

“AIKIDO'NUN KURUCUSU
MORIHEI UESHIBA'NIN BAZI SÖZEL ÖĞRETİLERİNDEN VE ŞİİRLERİNDEN
NOTLAR”

Japoncadan Derleyip İngilizceye Çeviren

John STEVENS

SHAMBALA – BOSTON ve LONDRA

1992

Metni İngilizceden Türkçeye Çevirenler ve Anlamını Türk Edebiyatına Uyarlayanlar

Gülay GENÇEL ve Lemi BAĞDATLILAR

GİRİŞ

MORIHEI UESHIBA (1883 – 1969) tarihleri arasında Japonya’da yaşamıştır. O, *Japon Savaş Sanatının* gelmiş geçmiş bütün zamanlarının en büyük *Savaş Sanatçısıydı*. Seksenli yaşlarındayken bile ve yaşlı bir insan olmasına rağmen, kendisine silâhla saldıran kaç kişi olursa olsun, düşmanlarının silâhlarını ellerinden alabiliyor ve rakiplerinin hassas noktalarına tek bir parmağı ile baskı uygulayarak, onları yerlerinde hareketsiz bırakıp teslim alabiliyordu.

MORIHEI UESHIBA, O SENSEI (Büyük Öğretmen) lakabıyla anılır. O SENSEI bir *Savaşçı* olarak hiç yenilmemiş olsa da her çeşit şiddete karşı olan bir barış insanıydı. Mensup olduğu ve takip ettiği YOL’A AIKIDO denir ki... En son olarak, kendisi tarafından BARIŞ SANATI adı ile tanımlanmıştır.

BARIŞ SANATI bir idealdir. Ancak teorisi ve pratiği gerçek hayatta birçok alanda defalarca uygulanarak, doğruluğu, geçerliliği ispat edilmiştir.

O SENSEI gençliğinde (Yirmili yaşlarında) bir piyade askeri olarak *Rus – Japon* harbinde görev yapmıştır. Sonraları Moğolistan’da korsanlarla ve eşkıyalarla savaşmıştır. Moğolistan seferinden sonra da Japonya’nın Yüksek Askeri Akademisinde Savaş Sanatı öğretmeni olarak görev yapmıştır.

O SENSEI MORIHEI UESHIBA hayatı boyunca bozuk düzenden, kişisel çekişmelerden, sosyal düzensizliklerden... Ve bir de bir politikacı olan babasının pek de adaba uygun olmayan seviyesiz politikaları ile ve onların para ile tuttukları dürüst olmayan gaddar insanlardan... Ve savaşların ülkesine getirdiği yıkımlardan ve ülkesinin askeri liderlerinin kabalıklarından, basiretsizliklerinden bizar olmuştur. O SENSEI doğru dürüst mizacı itibarıyla esasen barışçı bir insandı.

O SENSEI bu arada kendisini manevi düşüncelere, arayışlara sevk eden üç aydınlanma vizyonunu (*Burada geçen Vizyon kelimesi Spiritualist bir terim olup, uyanırken rüya gibi bazı görüntüler alma, seyretme anlamında...*) yaşamış ve bunları düşünmeye başlamıştır.

O SENSEI birinci aydınlanmasını 1925 yılında, 42 yaşındayken yaşamıştır. Kendisinin silahsız olduğu bir anda, kendisine meydan okuyan yüksek rütbeli bir subayın kılıçla saldırısını önlemesinden sonra tezahür etmiştir.

O SENSEI’NİN hatıratında naklettikleri şöyledir: subayla karşılaşmadan sonra, O SENSEI kendi evinin bahçesine gitmiş. Sonra aniden dünya ve toprak sarsılmaya başlamış. Birden yerden altın renkli bir buhar bulutu fışkırmaya başlamış ve O SENSEI’Yİ sararak içine almış... O SENSEI şöyle devam ediyor: tüm bedenim altından bir figüre dönüşmüştü. Ve bedenimin sanki bir tüy kadar hafiflediğini hissettim. O anda yaratılışın doğasını idrak etmiştim. “*Bir Savaşçının YOL’U, her nesneyi, var olan her şeyi saran ve her şeyi besleyen ilahî aşkın manifestosu idi.*” Şükrettim ve yaşadığım o ilahî duygu ile gözyaşlarım yanaklarımdan aşağıya doğru akıyordu. Bütün Dünyayı kendi evim gibi gördüm. Güneş, Ay ve Yıldızlar en yakın arkadaşlarımdı. Maddeye olan bağlılığım yok olmuştu. Demiştir.

O SENSEI ikinci aydınlanmasını şöyle anlatıyor: İkinci aydınlanmam 1940 yılının Aralık ayında oldu. Takriben saat sabahın 02.00 sinde, arınma ibadetimi yaparken bir anda o zamana kadar öğrendiğim “Savaş Sanatı “ ile ilgili bütün teknikleri unuttuğumu fark ettim. Bana öğretmenlerim tarafından verilen, öğretilen bütün tekniklerin hepsinin formları yenilenmiş, ifaları yeni kurallara bağlanmıştı. Eski teknikler artık insanlara zarar vermek için değildi... İnsanları fırlatıp sert yerlere atmak için onun canını yakmak, bedenine

zarar vermek, kollarını sabit tutup kemiklerini kırmakla ilgili değillerdi. Onlar artık hayatın canlanmasıyla, bilgili olmakla, faziletli ve iyi niyetli olmakla donanmış yeni kavramlarla ilgiliydi...

O SENSEI üçüncü aydınlanmasını da şöyle anlatıyor: Üçüncü aydınlanmam 1942 senesinde, II. Dünya Savaşının en kötü, insanlık tarihinin en karanlık günlerinden birinde meydana geldi. O SENSEI, bu aydınlanmasında, barışın büyük ruhunun görünmesi ile ilgili şöyle bir tebliğ yorum algılamıştır.

İnsanoğlundan başkalarını yenme arzusunun, hırslının bertaraf edilip ve barışın tekrardan kurulması ile ilgili olarak idrak ettiği tebliğ aydınlanması şöyledir: “Savaşının YOL’U, öldürmek ve başkalarına zarar vermek değildir.” O SENSEI bu algı ile eski YOLU’UN veya YOL’LARIN yanlış anlaşıldığını idrak edip, aydınlanmıştır.

Bu aydınlanmanın neticesinde O SENSEI şunları söylemiştir: Rekabet arayanlar çok ciddi bir hata içindedirler. Birisine vurmak, yaralamak veya bedenine zarar vermek, bir insanın diğer bir insana yapacağı en büyük kötülüktür ve günahıdır. Bir savaşının gerçek YOL’U kıyımı ve yıkımı önlemektir. İşte o “Savaş Sanatıdır ve Sevginin Gücüdür.”. Ve O SENSEI devamla... Vurmak yaralamak ve yıkmak insanın yapabileceği (İşleyebileceği) en büyük günahıdır. Bir savaşının gerçek YOL’U, gerçek hedefi, kıyımı önlemek, diğer bir deyişle “Barış Sanatını Yüceltmektir” demiştir.

O SENSEI bundan sonra kendisini ülkesine adadı ve hayatının her dakikasını “Barış sanatı AIKIDO’NUN” yüce anlamının iyice anlaşılması ve yaygınlaşması için çalıştı.

Eski zaman savaşçıların ve yazarlarının Savaş Sanatı ve Beş Kitap (GO RIN NO SHO – MIYAMOTO MUSASHI) gibi savaşı yücelten klasik eserlerinin, savaşı imrendirmek ve kurnaz stratejilerini zafer kazanmanın aracı gibi göstermek istemelerine karşın, O SENSEI, başkaları ile kendimiz ile çevremiz ile sürekli savaşmanın Dünyayı mahvedeceğini anlamıştı. Dünya dramatik bir şekilde değişecek ve değişmeye devam edecektir. Ancak Savaş ve Savaşmak bize tamamen zarar vereceği için şimdi bize gereken, Savaş Sanatı değildir. Barış Sanatıdır. Savaş ve savaşmak, bize tamamen zarar vereceği için, bize gerekli olan... Kavga, çekişme ve Savaş Teknikleri değil... Ahenk ve Uyum Tekniği olmalıdır. Onun için de Savaş Sanatına değil, Barış Sanatına ihtiyacımız vardır. O SENSEI Barış Sanatını yaratan AKIL ve BEDEN disiplinini yönetmek ve geliştirmek için... Korkusuzca, cesaretle ve akılâne SEVGİ ve ARKADAŞLIK duygularını geliştirip, güçlendirip, yönetmeyi en kolay yol olarak göstermiştir. O SENSEI Barış Sanatını mümkün olduğu kadar en geniş bir anlayışla yorumlamıştır. Bu yorum ve bu işaretle O SENSEI, uzlaşma ahengi kurmayı, birlik olmayı, paylaşmayı ve empati kurmayı öğretip bu duyguları güçlendireceğini vurgulamıştır.

AIKIDO Her ne kadar MORIHEI UESHIBA tarafından Japonya’da bulunup, geliştirilip, uygulanmışsa da... Yine O SENSEI tarafından tüm insanlığa onurlu bir hediye olarak sunulması arzulanmıştır. Sayıları az da olsa, bazı insanlar daha şimdiden hayatlarında ve DOJO’LARINDAKİ kendi TATAMI’LERİ üzerinde bu YOL’U uygulamaya başlamışlardır. Verilen küresel mesajlarla ümidim, ileride bu sayının artarak daha çok insanın özel hayatlarında da bu insanlık açısından zengin ve faydalı YOL’U uygulamaya başlamalarıdır. Sayının ileride artacağına ve etkisinin eksilmeden devam edeceğine inanıyorum.

Cennetin ve Dünyanın
İlahî güzelliği...
Bütün yaratılmışlar...
Bir ailenin üyesidir.

Not 1:

1- Bu kitaptaki tüm alıntılar, O SENSEI MORIHEI UESHIBA’NIN kendi konuşmalarından kayda geçen alıntılardır. Konuşmalarındaki şiirlerden, kaligrafiplerden ve sözlü geleneksel nakillerinden derlenmiştir. Yorumları size aittir.

2- Japonca Ki “Çince Ch’i” terimi birkaç yerde karşımıza çıkacaktır. Bu terim kâinat pervanesini döndüren hava enerjisi anlamında olup, daha derin bir ifade ile... İnce, nazik, nahif ve kırılgan yapıdaki her şeyi bir tutan yaratılışın maddi manevî hayat enerjisi anlamındadır. “Eski Japon kültürüne göre... Kâinatın Ruhani Gücünün, İnsan Yaşamıyla Ruhani bağlantısı önemli ölçüde öne çıkmaktadır.”

Not 2: “Lemi Bağdatlıların ilâvesi”:

3- O SENSEI MORIHEI UESHIBA, SHINTO Dini inancındaydı. Burada anlayamadığımız bazı kavramları anlamak için SHINTO düşüncesi tabanına göre bilgilenip, bu bilgi tabanına göre düşünmemiz gerekir.

4- O SENSEI MORIHEI UESHIBA’NIN ölümüyle birlikte AIKIDO öğretisi tamamlanamamış, eksik kalmıştır. Bu savı O SENSEI’NİN şu sözleriyle destekliyoruz: “AIKIDO’NUN TÛMÛ BEN’İM.” O SENSEI öldüğüne göre ortada O SENSEI tarafından geliştirilen, terakki eden, tekâmül eden orijinal bir AIKI YOL’U öğretisi de kalmamıştır. “Ortada ne varsa öğretisi de odur ve o kadardır.” Böylece O SENSEI’NİN ölümünden sonra, geçen zamanla birlikte, işe batılların da karışmasıyla ortaya dört sınıfta UYGULANAN AIKIDO çalışmaları çıkmıştır. Bunlar:

A- YOL O SENSEI’NİN YOLUDUR. O SENSEI’NİN YOL’UNDAN giderek yapılmaya çalışılan AIKIDO çalışmaları. Esasen SHIHAN JOHN STEVENS’İN bu kitaptaki Japoncadan tercüme çalışması da O SENSEI’NİN YOL’UNDAN giderek AIKIDO çalışmak isteyenlere yardımcı olmak içindir.

B- KOTOTAMA Ustası Madam NAKANASHI tarafından Atletik AIKIDO ismiyle tanımlanan... İçerisinde O SENSEI’NİN *Ruhsal Öğretisi* olmadan yapılan sadece bedensel veya Sportif ya da kavga etmeyi öğrenme

amaçlı? AIKIDO çalışmaları. Bu tür çalışmalara ATLETİK AIKIDO diyoruz. (Lâkin AIKIDO Bir spor ya da kavga yolu değildir.)

C- Ticari AIKIDO çalışmaları... Bu tür çalışmalar da, yetkin olmayan KANCHO'LAR tarafından tesis edilmiş, para kazanmak amacıyla açılmış veya kurulmuş olan DOJO'LARDA yapılan ve içeriğinde O SENSEI'NİN Ruhsal öğretisinin ve Teknik öğretisinin olmadığı AIKIDO'YA benzer çalışmalardır. Bu tür çalışmalara da TİCARİ AIKIDO diyoruz.

D- İçeriğinde O SENSEI MORIHEI UESHIBA'NİN Öğretilerinin ve Tekniklerinin hiç olmadığı... AIKIDO'YU öğretenlerin yorumlarına göre yorumlanarak yapılan çalışmalar. Bu tür çalışmalara da YOL'DAN TAMAMEN SAPMIŞ AIKIDO ÇALIŞMALARI diyoruz.

Bu referanslara göre; AIKIDO çalışan herkes bilinçlenmeli, uyanmalı, önüne bakmalı, durumunu sorgulamalı... Hangi sınıfta, hangi seviyede, en önemlisi de hangi YOL'DA AIKIDO çalıştığını bilmelidir. Konusunda düşünmek ve doğru sonuçlara ulaşmak için SEIZA'DA yere oturduğunuzda... Konuyla ilgili yeterli bilginiz... Ve en önemlisi de felsefi bir düşünce tabanınız yoksa... Bu konu ile ilgili doğru düşünce alanındaki durumunuz... SİZ YOKSUNUZ ANLAMINDADIR. *Başarılı bir hayat yaşamamız için gerekli olan yol gösterici başarı sloganı şudur: Doğru bir hayat felsefeniz yoksa siz yoksunuz.*

THE ART OF PEACE (BARIŞ SANATI)

1- BARIŞ SANATI bizatihi seninle... Kendinizle başlar. Kendinizi terbiye etmek için ve *Bariş Sanatında* sana göre seçilip, sana verilmiş olan görevi yerine getirmen için kararlılıkla çalışmaya başlamanla başlar. Herkesin artırmakla yükümlü olduğu bir RUHU, bir şekilde eğitebileceği bir BEDENİ vardır. Sizler burada içsel Ruhaniyetinizi kavramak ve Ruhani aydınlanmanızı bizzat kendinize tebliğ etmek için buradasınız. Sizler burada kendi içsel gücünüzü kavramanız ve kendi aydınlanmanızı yaşamak için buradasınız. Kendi yaşamınızda BARIŞA kavuştuktan sonra *Bariş Sanatını* karşılaştığınız her olayda kullanmanız için buradasınız.

2- *Bariş Sanatını* uygulamak için paraya pula, güce veya sosyal mevkie ihtiyaç yoktur. Cennet, bulunduğunuz, ayakta durduğunuz yer her neresi ise orasıdır ve kendinizi eğiteceğiniz yer bulunduğunuz ortamdır.

3- Her şey... *Maddi ve Manevi* her şey... Tek bir kaynaktan akar ve tek bir aileymiş gibi algılanır. Geçmiş zaman, şimdiki zaman ve gelecek zaman, hepsi... Hayat, yaşam gücünün içindedir. Evren bir kaynaktan doğup gelişmiştir ve bizler en uygun gelişim süreci olan birlik ve ahenk sürecinde evrim geçirdik.

4- *Bariş Sanatı* hasta bir Dünya için ilaçtır. Dünyada kötülük ve karmaşa vardır. Zira insanlar her şeyin tek bir kaynaktan çıktığını unutmuşlardır (Bilemezler). Bu kaynağa dönüp, ben merkezietçi düşünceleri, egomuzu, küçük isteklerimizi gerimizde bıraktığımızda, ortada sahipleneceğimiz maddi hiçbir şey kalmadığında... Hiçbir şeye sahip olmayanların, her şeye sahip olduklarını göreceğiz.

5- Eğer kendini,
Gerçek yoklukla (Boşlukla)
İlişkilendirmezsen (İrtibatlandıramazsan)
Bariş Sanatını
Hiçbir zaman anlayamayacaksın.

6- *Bariş Sanatının* gücü ve etkisi, Dünyada en küçüğünden en büyüğüne kadar her âlemde görülmektedir. *Bariş Sanatı*, Dünyada her yerde ve şeyde vardır. Büyükten küçüğe bütün âlemlerde, en küçük bitkiden en küçük böceğe kadar her yerde görülmektedir. Yaşam gücü tüm Evrene yayılmış olup gücü sınırsızdır.

7- (*Bir şeyi*) Yaratmak, (*Yapmak, zuhur ettirmek*) için sekiz güç gerekir.
Hareket ve sükûnet,
Katılık ve akışkanlık,
Genişlemek ve büzülmek,
Teklik ve Bölünmüşlük (*Çokluk*).

8- Yaşam aynı zamanda bir büyüme sürecidir. Fiziksel olarak ve Ruhsal olarak büyümemizi durdurursak, bizler bir ölü kadar zinde ve güzel oluruz. *Bariş Sanatı* cennet Dünya ve insanoğlu arasındaki bağın kutsanmasıdır. Gerçek iyi ve güzelin bir araya gelmesidir.

9- Şimdi ve tekrar, kendini derinlikli dağlar ve gizli vadiler arasında saklayarak, yaşam kaynağıyla arandaki bağlantıyı yeniden kurman gerekmektedir. Nefes al ve kendini evrenin derinliklerine kadar bırakır gibi nefes ver. Ve tekrar nefes alarak kâinatı içine çek. Sonra yeryüzünün tüm bereketini ve canlılığını içine çek. Son

olarak, cennetin nefesini ve yeryüzünün nefesini kendininkiyle harmanla ve kendi yaşamının nefesini oluştur.

10- Cennetin ve yeryüzünün tüm ilkeleri senin içinde yaşıyor. Yaşamın kendisi gerçektir ve bu hiçbir zaman değişmeyecek olan gerçektir. Cennetteki ve yeryüzünde ki her şey nefes alır. Nefes varlıkları birbirine bağlayan görünmez iptir. Evrenin soluklarındaki milyonlarca değişiklik algılandığında, Barış Sanatının bireysel teknikleri de içinizde doğmuştur demektir.”

11- Okyanusun gelgit hareketi (*met-cezir*) ile yükselişini ve çekilişini düşünün. Dalgalar kıyıya vururken ahenkli bir ses çıkararak yükselir ve geriye çekilir. Sizin nefesinizin de her solumada, tüm evreni içine çekerek aynı yolu izlemesi gerekir. Hepimizin şu dört hazineye erişme şansına sahip olduğumuzu bilin: Güneşin ve Ay'ın enerjisi, cennetin nefesi, yeryüzünün nefesi ve gelgitin yükselişi ve düşüşündeki yüce misaller.

12- Gerçek *Barış Sanatı* ile meşgul olanlar tabiat ananın bütün yaşam kavramlarını ve yaratılışın Dünyadaki hayata ait bütün ilâhî yansımalarını korumadan sorumludurlar. Savaşabilme bilincine, kabiliyetine ve iradesine sahip olmak, doğal güzelliğin vücut bulmasını sağlar. Bir Savaşçının göze çarpan Teknik özelliklerinden birisi de Savaşçı Tekniğinin dört mevsim, ilkbahar, yaz, sonbahar ve kış gibi doğal olarak ortaya çıkışı, görülmesidir ve böyle kabul edilmesidir. Cengâver olmak Hayatı, canlı, diri muhafaza etmekten başka bir şey değildir.

13- Hayatın canlılığının korunduğunda doğum vardır. Hayatın engellendiğinde ise hayatın gelişimi ve devamı ölümle sonuçlanır. Bir Savaşçı, Barış için her zaman ölüm kalım savaşı içindedir.

14- Bu Dünyadaki görevlerini düşün. Akıllı adamların sözlerini dinle ve tüm iyileri kendinmiş gibi al. Bunları temel olarak aldığında, kapını doğruya aç. Tam önünde duran doğruyu göz ardı etme. Suyun bir vadideki dereye, kayaların arasından pürüzsüz ve serbestçe nasıl aktığını incele. Yine yüce kitaplardan ve akıllı insanlardan öğren. Her şey, dağlar, ırmaklar, bitkiler ve ağaçlar bile öğretmenin olmalıdır.

15- Kendini her gün yeni bir giysi giyiyormuşçasına Cennetle ve Dünya ile donat. Kendini AKILLA ve SEVGİ ile yıka (Pakla) ve kendini tabiat ananın kalbine koy.

16- Kayalara çarpa çarpa,
Kayaların arasından çağlayarak,
Dağlardan aşağı doğru
Hep akan derenin,
Saf sesinden
Bir şeyler öğrenmeyi
İhmal etme.

17- *Barış sanatı* nesnelerin ve kavramların akışından kaynaklanır. Ruhu rüzgârın ve dalgaların hareketine benzer. YOL ise gövdemizde dolaşan, yaşam gücüne ters düşmeksizin, yaşam gücünün doğal akışını takip eden kanın yolu olan damarlardaki kanın akışı gibidir. Bu ilâhî YOL'DAN en küçük bir sapma dahi, bizim bu kutsal yoldan çok uzaklaştığımız anlamına gelir.

18- Kalbiniz, adeta baharda filiz vermeye hazır olgun tohumlarla doludur. Özü, huyu, çamurda yetişen muhteşem Nilüfer (Lotus) çiçeği gibidir. Çağın, zamanın ruhunun anlamının açıklanmasını ve meyve vermesini sağlayan Kozmik nefesin devreye girmesi ile bitki çiçek açarak, bu dünyaya meyvesini bırakır.

19- Çam ağacının, Bambu Kamışının yapılarını ve Erik ağacının çiçek açmasının öğretilerini incele ve RUHSAL ve FİZİKSEL gelişimin için Doğadan dersler çıkar. Çam ağacı, toprağa sıkıca sarılan köklerini salmış ve bu sağlam ve dengeli özelliğinden dolayı daima takdir toplamıştır. Gövdesi özgün yapılı sakızını çıkarır. Yapraklı her zaman yeşil ve has kokuludur. Bambu Kamışı, sağlam, güçlü, kırılmaz ve esnektir. Beş taç yapraklı Erik Çiçeği ise görüntüsü zarif, güzel kokulu ve meyve vermek için tabiat şartlarına karşı dayanıklıdır.

20- Zihnini her zaman uzay gibi boş, engin okyanuslar gibi geniş, dağların yüksek zirveleri gibi parlak, berrak, temiz ve açık tut. Ve tüm kötü düşüncelerden arındır. Bedenini her zaman ışıık (*Bilgi*) ve sıcaklıkla (*Sevgi*) doldur. Kendini her zaman Akılın, Bilgiğin ve Aydınlanmanın gücüyle yapılandır. Zihniniz mükemmel mertebede, işlemesiyle, algılamasıyla, evrensel yasalarla uyum içerisinde olmalıdır. Beden ve zihin evrenin şaşmaz faaliyetleriyle birleşerek bir olmalıdır.

21- Çevrenin, arkadaşlarının “İyisiyle”, “Kötüsüyle” uğraşmaya başlar başlamaz, yüreğinin kapısını da kötülüğe, kötülüğün içeri girmesi için aralamaya başlarsın. Kendinizi başkalarıyla karşılaştırmaya başlamanız, onlarla rekabet duygusuna kapılmanız ve başkalarını eleştirmek gibi seviyesiz duygular sizi küçültür, zayıflatır ve barış yolunda karşılaştığınız problemler karşısında, daha baştan yenilgiye düşürür.

22- Kılıçların parıldayan delici gücü ile...
Hırsız gibi gizlenip pusuya yatan
Bu yolun yolcuları;
Kötü bildikleri düşmanlarına saldırdıklarında
Derinden derine kendilerini
Darp etmiş sayılırlar.

23- *Barış Sanatı* kolayca yürünen bir YOL değildir. Mücadelemiz; şeytanca arzuların, insanı YOL'DAN saptırıcı kötü hislerin ve içimizdeki yanlışlıkların yok edilmesinin Savaşının Sanatıdır. Yeri ve zamanı geldiğinde, barışın sesi gök gürültüsü gibi gürler ve insanoğlunu daldığı gaflet uykusundan uyandırır.

24- Kutsal kılıç
Kristal gibi berrak,
Keskin ve parlak
Müsaade etmez üstüne
Kötülüğün tünemesine.

25- *Barış sanatını* doğru ve düzenli bir şekilde uygulamak için; RUHUNU sakinleştirmeli ve yaratılışının asli kaynağına dönmelisin. Bedenini tüm yanlış tekniklerden ve Ruhunu tüm kötülüklerden, bencillikten ve aşırı arzulardan arındırarak temizle. Evrenden, Doğa Anadan, Ailenden ve İnsan Arkadaşlarından sana verilen lütufların daima kadrini bil ve şükret.

26- *Barış Sanatı* şu dört ulu prensip üzerine kurulmuştur. Cesaret, Akıl, Sevgi ve Arkadaşlıkla sembolize edilen ATEŞ ve SU, CENNET ve DÜNYA üzerine inşa edilmiştir. Bunları anla ve iyi öğren.

27- *Barış Sanatının* özü, kendimizi bütün kötülüklerden arındırarak, çevremiz ile ahenk (*Harmoni*) içerisinde olmaya hazırlamak ve bu çabamızda, yolumuzun üzerindeki bütün engelleri kaldırıp yok etmektir.

28- Maddecilikten (*Materyalizm*) kurtulmanın tek çıkar yolu, tek ilacı, tek tedavi yöntemi... Altı duyunun da (*Görme, İşitme, Koklama, Tat alma, Beden ve Zihin*) yabancı etkilerden arındırılmasıdır. Eğer duylar felç olup tıkanmışlarsa, kişinin duyguları da o ölçüde bastırılmış olacaktır. Bastırılmış duylar da bu Dünyada düzensizliğe sebep olurlar. Büyük kötülük de budur. Kalbini parlat. Altı duygunu da serbest bırak ve engellenmeden görevlerini yapmalarını sağla ki hem Bedenin hem de Ruhun bu olayla parlamaya başlayacaktır.

29- Esasında tüm yaşam, Ruhun ifadesidir, Sevginin ifadesidir. Ve *Barış Sanatı* bu ilkenin son derece saflaşmış halidir. Savaşçı tüm mücadelesini savaşı durdurma niyeti ve enerjisiyle donanmış olarak verir. *Evrensel Sevgi* birçok şekilde karşımıza çıkarak kendini gösterir; Bunların her biri özgürce ifade edilmelidir. *Barış Sanatı* gerçek demokrasidir.”

30- Teker teker ve toplu olarak bütün ustalar, yer ve zaman gözetmeksizin yapılan daveti duymuşlar ve Cennetle Dünya arasındaki büyük ahenge katılmışlar ve nefislerinde Cennetle Yeryüzünü bir uyum içerisinde birleştirmeyi başarmışlardır. FUJİ dağının zirvesine çıkan birçok yol vardır ancak zirveye erişecek bir tek yol vardır ki... Bu yol da SEVGİ YOLUDUR.

31- Sadakat ve Adanmışlık insanı cesarete götürür. Cesaret insanı kendinden vazgeçme erdemine ulaştırır. Kendinden vazgeçme Ruha... AŞKIN GÜCÜNE İNANMAYI SAĞLAR.

MORIHEI UESHIBA'YA “Hep AIKIDO'DAN bahsediyorsunuz, meselâ ekonomi için de bir şeyler söyler misiniz.” şeklinde bir tenkit yönelttiklerinde, aşağıdaki sözleri söylemiştir.

32- Ekonomi bir toplumun temelidir. Ekonomi dengeli olduğunda o toplum da gelişir. İdeal ekonomi ruhsallığı ve maddeciliği birleştirir. Ticaretin en önemli malları... Dürüstlük, içtenlik ve sevgidir.

33- *Barış Sanatı* başarı için silahlara ve kaba güce dayanmaz. Bunun yerine biz evrenle bir uyum içine gireriz. Kendi dünyamızda barışı sağlarız, hayata renk katarız ve... Ölümü ve yıkımı önleriz. SAMURAI sözcüğünün gerçek anlamı sevginin gücünü anlayan ve ona sadakatle hizmet eden ve daima ona bağlı kalan demektir.

34- Dünya ya hizmet ederken
Savaşçı ruhunu aydınlat ve parlat
Aydınlat yolunu.
İçsel ışığıyla.

35- *Barış Yolu*, gizli ve aşikâr Dünyaların büyük tasarımını yansıtan bir şekilde, son derece geniştir. Bu yolda yürüyen ve büyük amaca hizmet eden savaşçı... Kutsal gökselliğin yaşayan bir türbesidir.”

36- Aklınız ve Mantığınız kâinatın hareketleri ile ahenk içinde olmalı. Bedeniniz kâinatın hareketlerine uymalı. Bedeniniz ve Aklınız kâinatın etkinliğine ayrı ayrı değil de bir bütün olarak uyum göstermelidir.

37- Günümüzdeki YOL'UMUZ geçmiş savaşçının evvelki sanatlarından tamamen farklı olmasına rağmen, eski YOL'LARIN da aslını terk etmek gerekmez. *Bariş Sanatının* değerli geleneklerini yeni elbiselerle süsleyerek, zenginleştiriniz ve klasik biçimler üzerine daha da mükemmel biçimler inşa ediniz.