

O que é Aikido

Resultado de estudos e austeros treinamentos do mestre **Morihei Ueshiba (1883-1969)**, que buscou e dominou os segredos de numerosas artes marciais japonesas (Budô), passados de geração em geração desde a antiguidade.

Segundo mestre Ueshiba:

“O Aikido não é uma técnica para lutar contra um inimigo ou derrotá-lo. É uma maneira de conciliar as diferenças que existem no mundo e fazer dos seres humanos uma família. Significa que o segredo do Aikido é a busca da harmonia com o Universo, é tornar-nos unos com o Universo. Seus praticantes devem buscar esse entendimento por meio de treinamento diário.”

De forma mais direta, pode-se dizer que a essência do Aikido é a **Paz** e a **Harmonia**. Todos os movimentos seguem as leis da natureza; são cheios de vigor e força, sem forçar de maneira antinatural nossos movimentos. Consequentemente, pessoas de todas as idades e de ambos os sexos sentem-se atraídas pelo Aikido como uma forma ideal de temperar, forjar e treinar a mente e o corpo.

Nas aulas práticas, utiliza-se a didática do **método repetitivo** (reiteração de uma mesma técnica), ao invés do método competitivo. O Aikido é mais que um esporte, pois não busca objetivos relativos como os de uma competição, mas valores absolutos que transcendem os desejos de glória pessoal.

Até a eclosão da Segunda Guerra Mundial, o Aikido era praticado e ensinado apenas a membros selecionados da nobreza japonesa, oficiais da guarda de honra imperial, ministros de Estado, oficiais gerais, cadetes das academias Naval e Militar, líderes policiais e a faixas pretas acima do quinto grau de outras artes marciais, como o Judô e o Kendô.

Após a guerra, o Aikido começou a ser difundido mais amplamente, primeiro entre oficiais das Forças Armadas e depois nas universidades e grandes empresas.

O Aikido, como arte marcial, não visa apenas a derrota do oponente, mas ensina a vencer a si mesmo, por meio da autocompreensão. Em outras palavras, vencer a si próprio significa forjar um espírito capaz de superar as vicissitudes da vida e tornar-se um ser humano corajoso e sereno.

O Aikido também é conhecido como a arte marcial que busca ajustar o espírito humano à dinâmica do Universo, isto é, ensina a não contrariar os movimentos da natureza. Por exemplo, se em uma contenda o adversário ataca com grande vigor e intensidade, basta desviar-se e, no ato seguinte, ele será arremessado tanto mais longe quanto maior for a intensidade do ataque. Ao contrário, se o golpe for brando, a resposta também será suave.

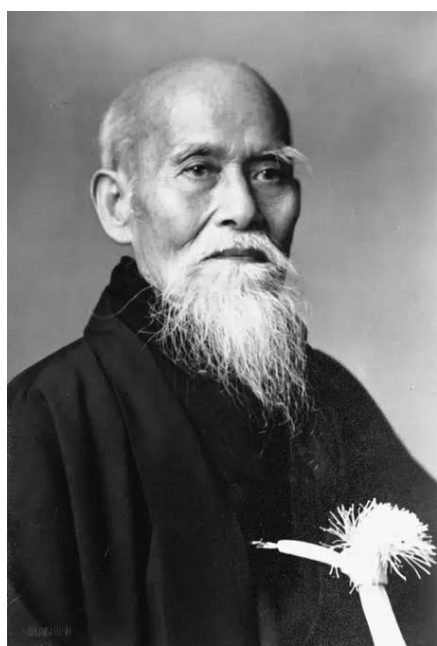
Outra característica do ser humano é a contestação. As pessoas costumam se rebelar contra qualquer palavra áspera. O Aikido ensina a não oferecer resistência à ofensa verbal, por mais maldosa que seja. Discussões acirradas normalmente terminam em confronto físico, o que é o mesmo que colocar mais lenha em uma fogueira.

As pessoas que praticam o Aikido e assimilam sua essência sabem semear e desfrutar da paz em seus lares e, no convívio social, não se tornam iradas ou nervosas. Assim, podem levar uma existência

tranquila e proveitosa. A consequência disso é uma sensível melhoria na saúde, na postura, na beleza física e na capacidade de defesa pessoal.

A Vida de Morihei Ueshiba

Morihei Ueshiba nasceu em 14 de dezembro de 1883, em Tanabe, província de Kii (atual província de Wakayama, Japão). Era o quarto filho e o mais velho dos homens de uma família de cinco filhos.



Fisicamente frágil na infância, sofria de várias doenças e, por isso, sua mãe, **Yuki Itokawa**, incentivou-o a memorizar sutras budistas e a estudar caligrafia e textos religiosos. Seu pai, **Yoroku Ueshiba**, porém, o encorajava a fortalecer o corpo, levando-o a praticar atividades como natação e sumô.

Aos 15 anos, Morihei trabalhou como aprendiz em uma empresa de contabilidade em Tóquio, mas logo abandonou o emprego devido a problemas de saúde causados pela poluição da cidade. Retornou então à sua cidade natal, onde começou a dedicar-se intensamente ao **treinamento físico e espiritual**.

Ainda jovem, interessou-se por artes marciais. Estudou o **Tenjin Shinyo-ryu Jujutsu** e o **Goto-ha Yagyu-ryu Kenjutsu**. Mais tarde, conheceu e treinou com o mestre **Sokaku Takeda**, do **Daito-ryu Aiki-jutsu**, que teve profunda influência no desenvolvimento do que viria a ser o Aikido.

Em 1912, Ueshiba mudou-se para Hokkaido, região ao norte do Japão, onde se dedicou à agricultura e ao estudo de artes marciais. Durante esse período, fortaleceu seu corpo e aperfeiçoou técnicas de combate sob a orientação de Sokaku Takeda.

Poucos anos depois, retornou a Tanabe ao receber notícias da saúde debilitada de seu pai. No caminho, conheceu **Onisaburo Deguchi**, líder espiritual da seita xintoísta **Omoto-kyo**, em Ayabe. Esse encontro foi decisivo em sua vida: Deguchi o influenciou a aprofundar sua visão espiritual, introduzindo conceitos como a busca da harmonia universal, a purificação e o desenvolvimento interior.

Em 1920, estabeleceu-se em Ayabe, próximo ao centro da seita Omoto-kyo, onde fundou um dojo e começou a ensinar artes marciais, atraindo muitos alunos.

Entre os anos 1920 e 1930, Morihei Ueshiba foi chamado a demonstrar suas técnicas em Tóquio e em várias partes do Japão. Sua habilidade impressionava tanto autoridades militares quanto mestres de outras artes marciais.

Com o tempo, suas técnicas foram se distanciando do aspecto puramente combativo e começaram a refletir fortemente sua filosofia espiritual. Foi nesse período que os fundamentos do **Aikido** começaram a tomar forma.

Durante a Segunda Guerra Mundial, Ueshiba afastou-se para a cidade de **Iwama**, onde construiu um dojo e um santuário chamado **Aiki Jinja** (Santuário do Aiki). Ali, aprofundou sua pesquisa espiritual e consolidou o Aikido como uma arte voltada não para a destruição, mas para a **harmonia entre os seres humanos e o Universo**.

Após a guerra, o Aikido passou a ser ensinado de forma mais aberta ao público, e Ueshiba ganhou o título de **O-Sensei** ("Grande Mestre"). Sua fama espalhou-se pelo Japão e pelo mundo, tornando-o referência não apenas como artista marcial, mas como líder espiritual.

Morihei Ueshiba faleceu em **26 de abril de 1969**, em Tóquio, deixando um legado que transcende o aspecto marcial. Seu ensinamento continua vivo por meio de seus discípulos e das organizações que difundem o Aikido em todo o mundo.

Influência Xintoísta e Filosófica

O Aikido não é apenas uma arte marcial, mas também um caminho espiritual profundamente enraizado na tradição japonesa. A formação filosófica e religiosa de Morihei Ueshiba teve papel central na construção do que hoje conhecemos como Aikido.

O **Xintoísmo**, religião tradicional do Japão, influenciou fortemente sua visão de mundo. Para Ueshiba, o ser humano é parte integrante da natureza e do universo, e deve viver em harmonia com todas as formas de vida. Essa ideia se reflete no princípio fundamental do Aikido: neutralizar o conflito sem destruí-lo.

Outro ponto essencial foi a convivência de Ueshiba com **Onisaburo Deguchi**, líder da religião **Ōmoto-kyō**, que pregava a paz universal e a busca pela união espiritual da humanidade. Deguchi incentivava práticas como meditação, cânticos e purificação, que moldaram o caráter espiritual do Aikido.

Ueshiba acreditava que a verdadeira vitória não era derrotar o inimigo, mas sim conquistar a si mesmo e transformar a agressão em harmonia. Assim, o Aikido foi concebido como um "**caminho da unificação com a energia vital do universo**".

Essa base filosófica diferencia o Aikido de outras artes marciais. Mais do que técnicas de combate, ele propõe um estilo de vida pautado pela paz, pela compaixão e pelo respeito ao próximo.
