



R
E
I

REVISTA ON LINE DE LA ASOCIACION AIKIDO REI ZARAGOZA

II



合氣道

EDITORIAL

Bienvenidos todos al segundo numero de la revista Aikido Reí.

En este numero encontrareís en primer lugar una breve descripción del saludo en el Aikido. Como se hace , que significa , que debemos saber,.....

Por otro lado nuestro compañero Kevin escribe un pequeño artículo de lo que ha sido para el empezar en la practica del Aikido , sus sensaciones , sentimientos e ideas .

No lo os podeís perder .

Por ultimo tenéis un pequeño pasatiempo que pondrá a prueba vuestros conocimientos de Aikido

Es el MEDIO ROSCO DE PASAKIDO .

Un saludo a todos



INDICE



1

2

3

4

PORTADA

EDITORIAL

INDICE

EL SALUDO
EN EL
AIKIDO

5

6

7

8

25 YEARS
IN THE
WAITING

PASAKIDO

CLASES
INFANTILES
Y
JUVENILES

MAPA
Y
CONTACTO





EL
SALUDO
EN EL
AIKIDO

Nos permitimos traer hoy un breve artículo de Giancarlo Giuriati, publicado originalmente en su blog en febrero de 2011, sobre el significado del saludo en el Aikido.

Rei - El saludo

El primer aspecto de la filosofía del Aikido, la gratitud y el respeto, se aplica a través del Reigi (la correcta actitud).

La práctica del Aikido comienza y termina con el saludo (Rei). En su dojo en Iwama, cuando O Sensei vivía, o bajo la custodia de Saïto Sensei tras la muerte del Fundador, el saludo se realizaba según el ritual Shinto. O Sensei veneraba el principio de las cuatro gratitudes y esto puede verse en el ritual que, incluso hoy, se realiza en la práctica del Takemusu Aikido.

El primer saludo es hacia el universo y el conjunto de la creación, hacia el mundo divino. El segundo saludo es hacia la Naturaleza, el mundo animal y vegetal, el mundo en el que nosotros vivimos. El tercer saludo, tras las palmadas, es hacia nuestros ancestros, el mundo más allá. El cuarto es entre el maestro y los estudiantes, y de los estudiantes entre sí mismos. Es el saludo hacia el mundo de los hombres.

Para entender esta relación filosófico-espiritual debemos considerar que este tipo de ceremonia, que tradicionalmente no pertenece a nuestra cultura, tiene un paralelismo entre la espiritualidad proclamada por O Sensei y la práctica en el dojo.

Gratitud al universo

Y gratitud por el regalo de la vida. Es la reflexión de la gratitud hacia todo el cosmos. En la práctica racional se encuentra relacionada con la gratitud hacia el Aikido y hacia el Budo en general.

Gratitud a la Naturaleza

Y hacia el mundo animal, vegetal y mineral. En la práctica racional se relaciona con la gratitud hacia el lugar de práctica, lo que incluye a las personas (compañeros) y al lugar (el dojo).

Gratitud a los ancestros y predecesores

Gratitud a nuestros predecesores que, a través de batallas, guerras y luchas sociales han contribuido a una mejor humanidad. En la práctica racional se expresa como la gratitud a O Sensei por legarnos el Aikido.

Gratitud a los compañeros

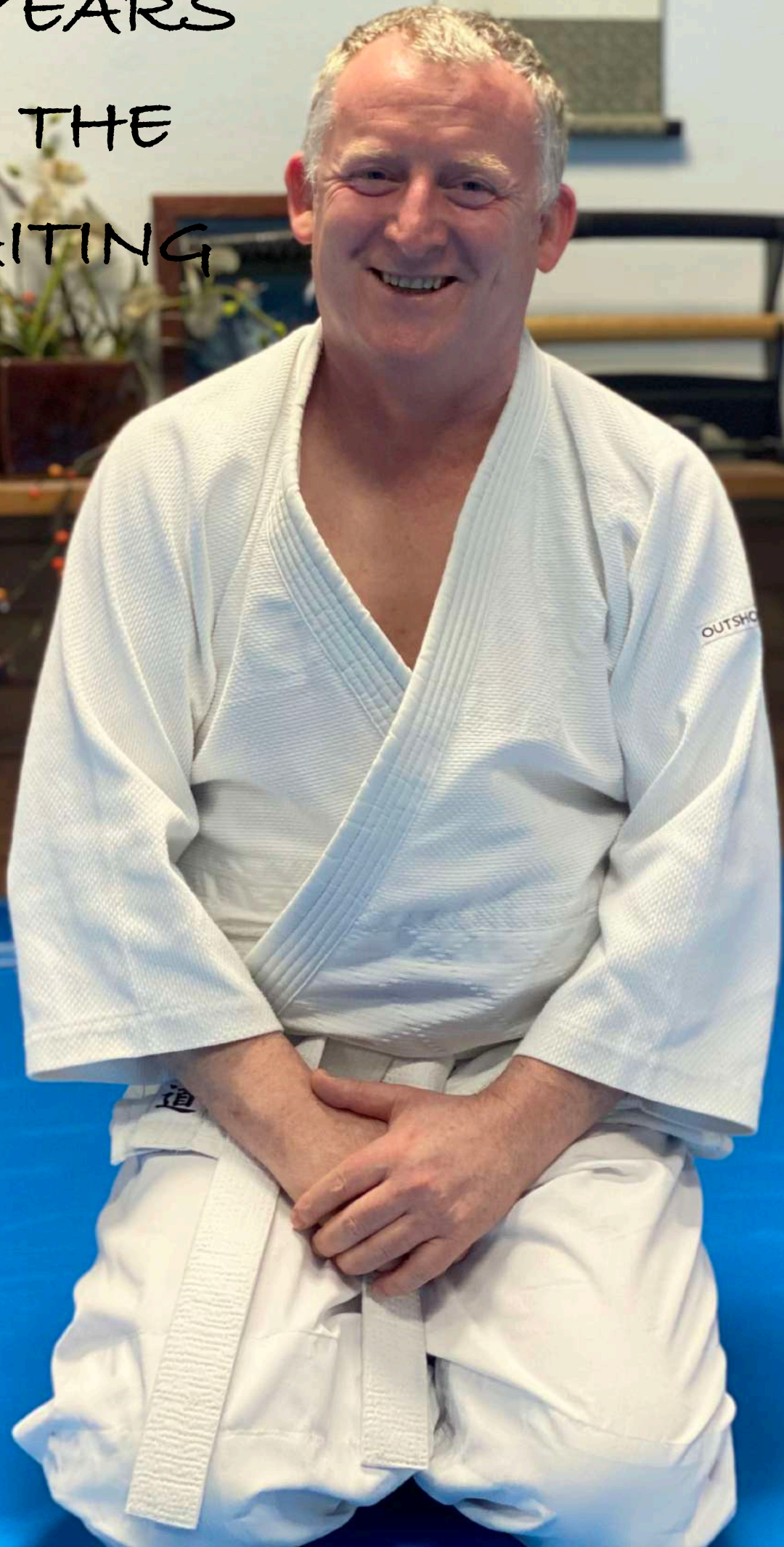
No podemos vivir sin la ayuda de otros. En la práctica racional se expresa como gratitud hacia nuestros compañeros de práctica. Gratitud hacia aquellos que se unen en una práctica común para trabajar en mejorar juntos.

Estos principios trascienden a las tradiciones de la gente. Con este espíritu podemos entrar en la lógica del ritual del saludo en el Aikido.

<https://aikidoenlinea.com/rei-el-saludo-y-las-cuatro-gratitudes/>



25 YEARS
IN THE
WAITING



25 years in the waiting

To this day I can still vividly remember searching the yellow pages for an Aikido Dojo close to where I once lived in Ireland only to find that the closest one to me would involve travelling a two and a half hour round trip twice a week in order to join the club. As you can imagine, this quickly put an end to my thoughts of taking up Aikido, at least until 4 months ago when my interest and motivation flowered again after my son joined Aikido Reí.

So here I am 25 years later dedicating my Saturday mornings, (not to mention the hours at home), to learning Aikido. The feeling is wonderful, the uneasiness, and fear of the unknown, and most importantly, the enjoyment and the challenge of learning something new.

For me, aikido is not a typical martial art where the basic values are based on competition (possibly one of the main reasons why I always wanted to learn it). It trains you to defend yourself by taking advantage of an attacker's movements without instilling that self-centeredness and need to be the "best fighter" as in other martial arts.

Aikido is not only great for reconditioning your body and regaining flexibility (something very beneficial at my age which we'll keep a secret 😊), but it also reshapes your mind.

25 años en Espera

A día de hoy todavía me puedo acordar claramente de estar buscando en las páginas amarillas un Dojo de Aikido cerca de donde vivía en Irlanda, solo para descubrir que el más cercano a mí supondría hacer un viaje de ida y vuelta de dos horas y media dos veces por semana para unirme al club. Como puedes imaginar, este hecho puso fin a mis pensamientos de comenzar Aikido rápidamente, al menos hasta hace 4 meses cuando mi interés y motivación volvieron a florecer después de que mi hijo se uniera al Aikido Reí.

Así que ahora 25 años después aquí estoy dedicando mis sábados por la mañana, (sin mencionar las horas en casa), a aprenderlo. El sentimiento es maravilloso, la inquietud y el miedo a lo desconocido, y lo más importante, el disfrute y el desafío de aprender algo nuevo.

Para mí, el aikido no es el típico arte marcial donde los valores básicos se basan en la competición (posiblemente una de las principales razones por las que siempre quise aprenderlo). Te entrena para defenderte aprovechando los movimientos de un atacante sin inculcar ese egocentrismo y la necesidad de ser el "mejor luchador", como pasa en otras artes marciales.

El Aikido no solo es ideal para reacondicionar tu cuerpo y recuperar la flexibilidad (algo muy beneficioso a mi edad y que mantendremos secreto 😊), sino que también remodela tu mente.

Having to unlearn basic movements in order to relearn them in a more efficient manner sets off fireworks in your brain, helping you see that simple manoeuvres can make all the difference when facing a challenge. Although it is certainly true, that as simple as the seasoned aikidokas make these moves look, you sometimes feel as if you have two left feet, at least until your brain finally adapts to this new way of thinking.

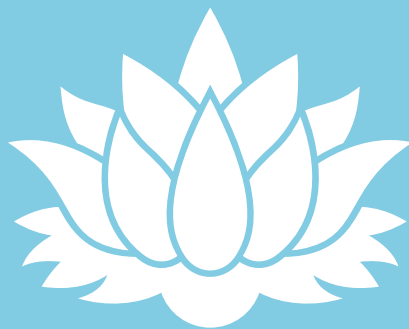
For me joining Aikido Rei has been one of the best decisions I've made in years. Not only am I feeling better about myself, but I'm also having the fortune to train with and be trained by some extremely professional aikidoka. I genuinely look forward to training every Saturday and would recommend everyone to give Aikido a go.

Kevin Culleton

Tener que desaprender movimientos básicos para volver a aprenderlos de una manera más eficiente desencadena fuegos artificiales en tu cerebro, ayudándote a ver que los movimientos simples pueden marcar la diferencia cuando te enfrentas a un desafío. Aunque es cierto que los "aikidokas" experimentados hacen que estos desplazamientos se vean sencillos, a veces te sientes como si tuvieras dos pies izquierdos, al menos hasta que tu cerebro finalmente se adapta a esta nueva forma de pensar.

Para mí, unirme a Aikido Rei ha sido una de las mejores decisiones que he tomado en años. No solo me siento mejor conmigo mismo, sino que también tengo la suerte de entrenar y que me enseñen algunos "aikidokas" extremadamente profesionales. Espero todas las semanas con muchas ganas a que lleguen los sábados para entrenar de nuevo, y recomendaría a todo el mundo que pruebe el Aikido.

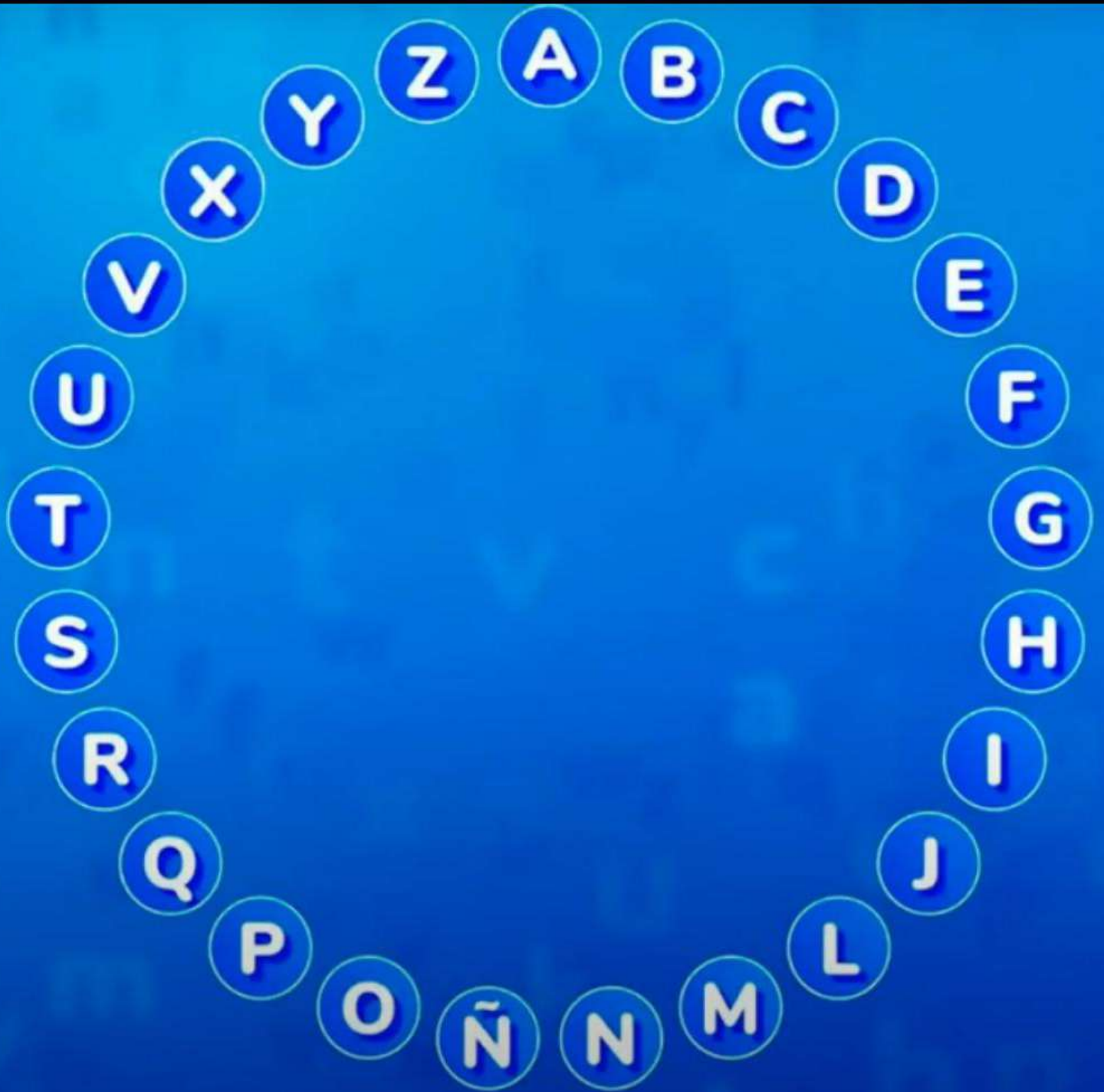
Kevin Culleton



PASAIKIDO

El medio rosco





Con la A

Camino de la armonía del Ki

Con la B

Código ético o de honor de los samurái

Con la C

Nivel medio de cuerpo

Con la D

Grado de cinto negro

Con la E

Cuello

Con la F

Instructor asistente

Con la G

Ropa para la práctica

Con la H

Falda pantalón negra o azul para la práctica

Con la I

Primer principio de control o inmovilización

Con la J

Arma de madera cilíndrica y recta de unos 120 cm

Con la K

Altar, lugar de honor

Con la M

Distancia correcta

Con la N

Proyección

Anímaros a participar y mandar vuestras respuestas a

info@aikidoreizaragoza.es

En el próximo número tendréis el otro medio rosco.



C.D ACTUR
C/ José Luis Borau s/n

Miguel Domínguez Magdaleno
5° Dan Aikido RFEJYDA
Maestro Entrenador Nacional Aikido
2° Dan Aikido AIKIKAI (JAPÓN)
3° Dan Defensa Personal RFEJYDA
Maestro Entrenador Nacional D.P

AIKIDO

GRUPO ADULTOS

SÁBADOS

09:00 A 11:00



GRUPO INFANTIL

LUNES-MIÉRCOLES

17:00 A 18:00



GRUPO JUVENIL

VIERNES

16:30 A 18:00

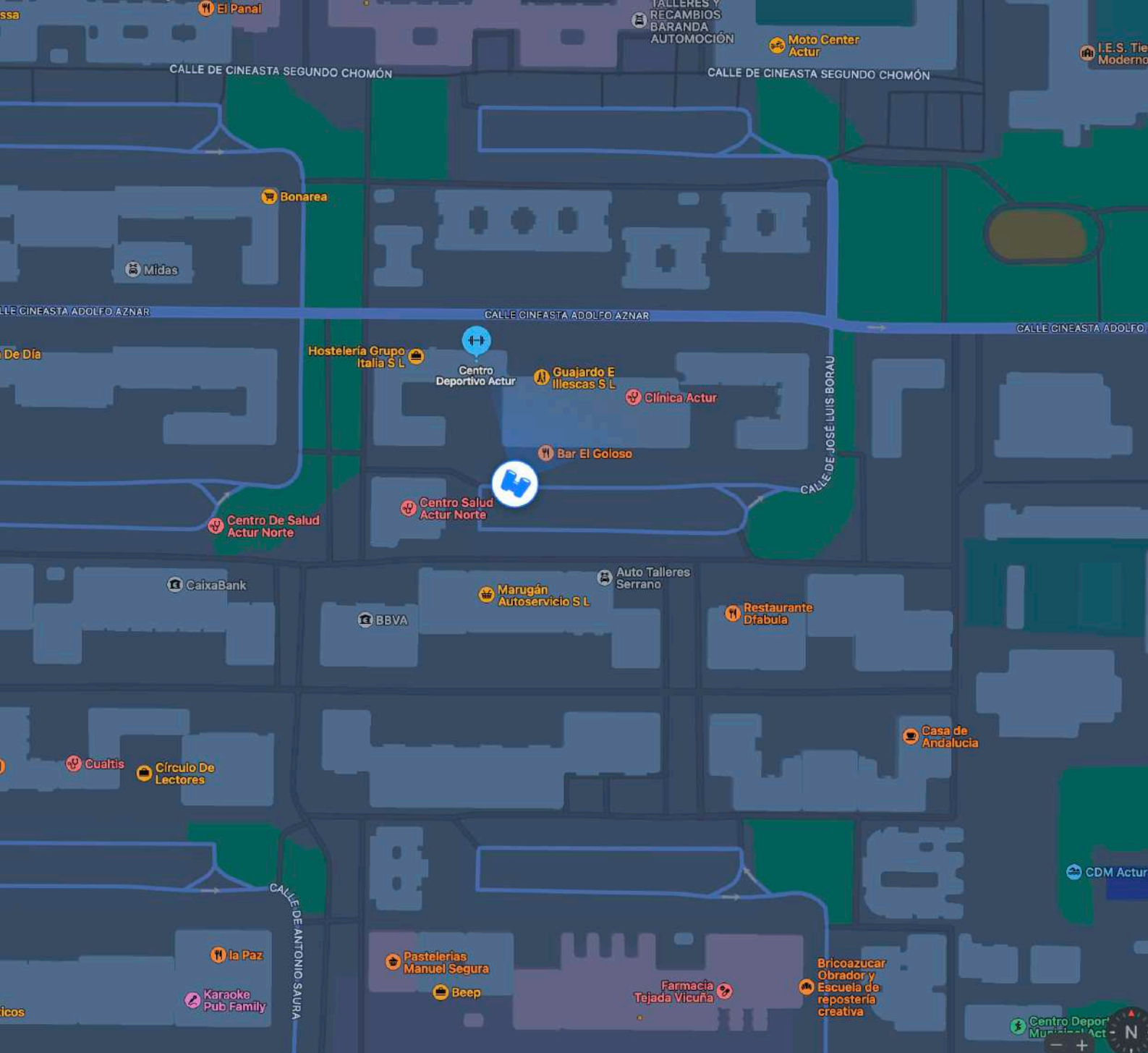


合気道

PRUEBA UNA CLASE GRATIS



635 96 35 27



Contacta en

info@aikidoreizaragoza.es

O síguenos en nuestras redes sociales

