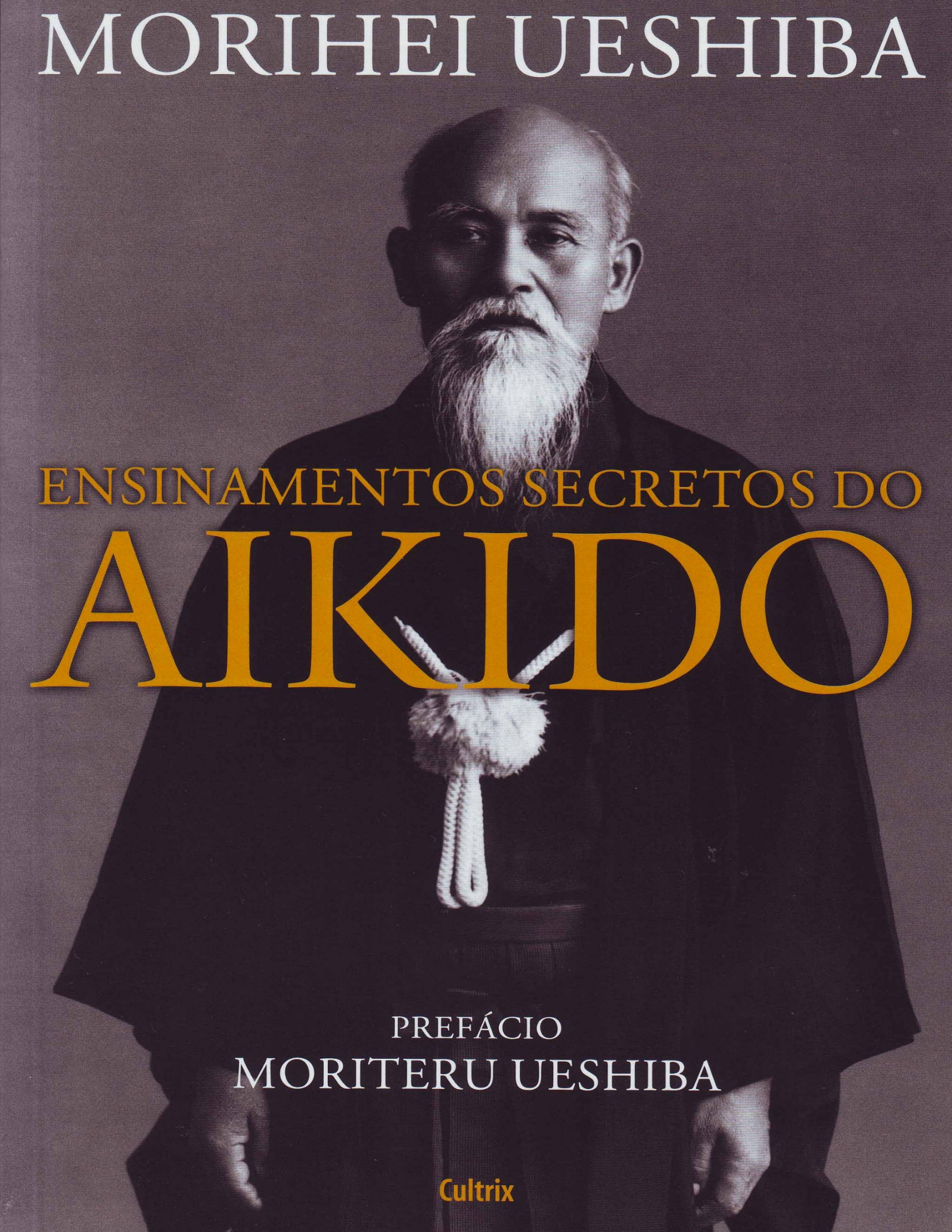


A black and white portrait of Morihei Ueshiba, an elderly man with a long, full white beard and mustache. He is wearing a dark, traditional Japanese garment (gi) with a white rope (himo) tied around his waist. The background is a solid dark color.

MORIHEI UESHIBA

ENSINAMENTOS SECRETOS DO
AIKIDO

PREFÁCIO
MORITERU UESHIBA

Cultrix

Resumo de Ensinaamentos Secretos do Aikido

Ensinaamentos Secretos do Aikido é uma coletânea dos ensinamentos espirituais do lendário fundador do Aikido, Morihei Ueshiba, com reflexões profundas sobre o panorama da rica e variada filosofia do Aikido que, segundo ele, é ao mesmo tempo o espírito do amor e o estudo desse espírito.

Esclarece que o aiki é a maravilhosa função da respiração, conhecida como ki (chi) e que, por meio da utilização diligente das técnicas do Aikido, o praticante pode alcançar a harmonia verdadeira.

Fala também da importância de nos ligarmos ao Universo, por meio do Aikido, para treinar e finalmente unificar o divino e o humano. Ele também explica a essência do Takemusuaiki (a força valorosa da criação e da harmonia) e o Misogi (o ritual para a autopurificação), bem como trata da relação do Aikido com o espírito e com o corpo, que formam a verdadeira essência do Aikido.

Este livro é mais uma exploração filosófica do que um guia prático, e irá servir como uma inestimável fonte de informações sobre essa arte marcial reverenciada e as meditações espirituais do homem por trás dela.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)