

COLECCIÓN CONOCIMIENTO

**EL ARTE DE LA PAZ  
O SENSEI MORIHEI UESHIBA**



**ESCUELA SHINKAIDO RYU**



**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

# El Arte de la Paz

Por Morihei Ueshiba

## Introducción

**M**orihei Ueshiba (1883-1969) fue uno de los más grandes maestros de las Artes Marciales en la historia. Fue el fundador del Aikido, que puede ser traducido como 'El Arte de la Paz'. Los practicantes del Aikido se refieren a Morihei Ueshiba como O-Sensei, 'El Gran Maestro'. Las siguientes citas han sido compiladas de la colección de charlas, poemas, caligrafía y tradición oral de O-Sensei.

---

### Uno

El Arte de la Paz comienza contigo. Trabaja sobre ti mismo y sobre la tarea que hayas seleccionado en el Arte de la Paz. Cada uno tiene un espíritu que puede ser refinado, un cuerpo que puede ser entrenado de alguna manera, y un camino adecuado a seguir. Estás aquí con el sólo propósito de entender y darte cuenta de tu divinidad interna y de manifestar tu iluminación innata. Promueve la paz en tu propia vida, y entonces aplica el Arte a todo lo que surja en tu Camino.

---

### Dos

Uno no necesita edificios, ni dinero, ni poder, ni estatus, para practicar el Arte de la Paz. El cielo está en el mismo lugar donde te encuentras, y ese es el lugar para entrenarse.

---

### Tres

Todas las cosas, materiales y espirituales, se originan de una sola causa y están relacionadas como si fueran una sola familia. El pasado, presente, y futuro están todos contenido en la fuerza de la vida. El Universo surgió y se desarrolló de un principio, y nosotros evolucionamos a través de un proceso óptimo de unificación y armonización.

---

### Cuatro

El Arte de la Paz es la medicina para el mundo enfermo. Hay maldad y desorden en el mundo porque las personas han olvidado que todas las cosas emanan de un solo principio. Regresemos a ese principio y dejemos detrás todos los pensamientos centrados en uno mismo, los deseos triviales y el enojo. Aquellos que no están encaprichados en nada lo poseen todo.

---

**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

**Cinco**

Si no te has unido  
al verdadero vacío,  
Nunca entenderás  
El Arte de la Paz.

---

**Seis**

El Arte de la Paz funciona dondequiera en la tierra, en regiones que van desde el espacio vasto e infinito hasta las más diminutas plantas y animales. La fuerza de la vida es toda penetrante y su pujanza es ilimitable. El Arte de la Paz nos capacita a percibir y conectarnos con esa tremenda reserva de energía universal.

---

**Siete**

Ocho fuerzas sostienen la creación:  
El movimiento y la quietud,  
La solidificación y la fluidez,  
La expansión y la contracción,  
La unificación y la división.

---

**Ocho**

La vida es crecimiento. Si paramos de crecer, técnica y espiritualmente, es como si estuviéramos muertos. El Arte de la Paz es una celebración de la unión del cielo, la tierra, y la humanidad. Es todo lo que es verdad, bondad y belleza.

---

**Nueve**

Ahora y siempre, es necesario retirarse a sí mismo entre las montañas profundas y los valles escondidos para reintegrar la unión al origen de la vida. Aspira y déjate elevar hasta el final del universo; expira y trae el cosmos de vuelta contigo. Después, aspira toda la fertilidad y la vitalidad de la tierra. Finalmente, une la respiración del cielo y la de la tierra con la tuya propia, llegando a ser la Respiración de la Vida misma.

---

**Diez**

Todos los principios del cielo y la tierra viven dentro de ti. La vida misma es la verdad, y esto nunca cambiará. Todo en el cielo y la tierra respira. La respiración es la cuerda que ata la creación. Cuando las incontables variaciones de la respiración universal pueden ser sentidas, las técnicas individuales del Arte de la Paz nacen.

---

**Once**

Considera el flujo y reflujo de la marea. Cuando las olas rompen en la costa, ellas se encrespan y caen, creando un sonido. Tu respiración debe seguir el mismo patrón, absorbiendo el universo entero en tu vientre con cada inhalación. Conoce que todos tenemos acceso a los cuatro tesoros: la energía del sol y la luna, la respiración del cielo, la respiración de la tierra y el flujo y reflujo de la marea.

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

---

**Doce**

Aquellos que practican el Arte de la Paz deben proteger el dominio de la Madre Naturaleza, la divina reflexión de la creación, y mantenerla fresca y amorosa. El Arte de la Guerra hace nacer la belleza natural. Las técnicas sutiles del guerrero llegan tan naturalmente como la aparición de la primavera, el verano, el otoño y el invierno. El Arte del Guerrero no es otro que la vitalidad que sostiene toda la vida.

---

**Trece**

Cuando la vida es victoriosa, hay nacimiento; cuando está impedida o frustrada, hay muerte. Un guerrero está siempre ocupado en la lucha de la vida y la muerte por la Paz.

---

**Catorce**

Contempla los trabajos de este mundo, escucha las palabras del sabio y toma todo lo bueno de ellos para ti mismo. Con esto como tu base, abre tu propia puerta a la verdad. No dejes pasar la verdad que está frente a ti. Estudia cómo las aguas fluyen en las corrientes del valle, suave y libremente entre las rocas. También aprende de los libros sagrados y de las personas sabias. Todo - incluso las montañas, los ríos y los árboles - deben ser tu maestro.

---

**Quince**

Crea cada día nuevamente a través de cubrirte con el cielo y la tierra, de bañarte con la sabiduría y el amor y de colocarte a ti mismo en el corazón de la Madre Naturaleza.

---

**Dieciséis**

No falles en aprender de la voz pura del agua del riachuelo de una montaña que brota continuamente salpicando las rocas.

---

**Diecisiete**

La paz se origina con el fluido de las cosas - su corazón es como el movimiento del viento y las olas. El Camino es como las venas que circulan a través de nuestros cuerpos, siguiendo el fluido natural de la fuerza de la vida. Si estás separado en lo más mínimo de la esencia divina, estás muy lejos del camino.

---

**Dieciocho**

Tu corazón está lleno de semillas fértiles esperando germinar. Al igual que una flor de loto que brota desde el lodo para florecer espléndidamente, la interacción de la respiración cósmica causa que la flor del espíritu florezca y sustente los frutos en este mundo.

---

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

**Diecinueve**

Estudia las enseñanzas del árbol del pino, del bambú, y del cerezo florido. El pino es admirado por estar siempre verde y con sus raíces firmes. El bambú es fuerte, flexible e indestructible. El cerezo florido es robusto, fragante y elegante.

---

**Veinte**

Siempre mantén tu mente brillante y clara como el vasto espacio, el gran océano, y la cima más alta, vacíos de todo pensamiento. Siempre mantén tu cuerpo lleno de luz y calor. Llénate a ti mismo del poder de la sabiduría y la iluminación.

---

**Veintiuno**

Tan pronto como te preocupes con lo “bueno” y lo “malo” de tus semejantes, creas una apertura en tu corazón para que la maledicencia entre. Probar a otros, competir con ellos y criticarlos te debilita y te vence.

---

**Veintidós**

La brillantez penetrante de las espadas  
Manipuladas por los seguidores del Camino  
Golpea al enemigo diabólico  
Moviéndose furtivamente en lo profundo  
Dentro de sus propias almas y cuerpos.

---

**Veintitrés**

El Arte de la Paz no es fácil. Es una pelea hasta el final, el asesinato de los deseos diabólicos y de toda la falsedad interior. En ocasiones la Voz de la Paz resuena como trueno, sacudiendo los seres humanos fuera de su inconsciencia.

---

**Veinticuatro**

Claro como el cristal  
Afilada y brillante,  
La espada sagrada no da campo  
Para que el mal se arraigue.

---

**Veinticinco**

Para practicar correctamente el Arte de la Paz deben:  
Calmar el espíritu y regresar al origen.  
Limpiar el cuerpo y el espíritu removiendo toda la malicia, el egoísmo y el deseo.  
Estar siempre agradecidos por los regalos recibidos del universo, por sus familias, por la Madre Naturaleza y por sus compañeros los seres humanos.

---

**Veintiséis**

El Arte de la Paz está basado en Cuatro Grandes Virtudes: la Valentía, la Sabiduría, el Amor y la Amistad, simbolizados por el Fuego, el Cielo, la Tierra y el Agua.

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

---

**Veintisiete**

La esencia del Arte de la Paz es limpiarte de malicia, sintonizarte con tu entorno y limpiar tu camino de obstáculos y barreras.

---

**Veintiocho**

La única cura para el materialismo es limpiar los seis sentidos (ojos, orejas, nariz, lengua, cuerpo y mente). Si los sentidos están congestionados, la percepción de uno se extingue. Entre más asfixiada esté, más se contaminan los sentidos. Esto crea desorden en el mundo y es el mayor mal de todos. Pule el corazón, libera los seis sentidos y permíteles funcionar sin obstáculos, y tu cuerpo entero y tu alma brillarán.

---

**Veintinueve**

Toda vida es una manifestación del espíritu, la manifestación del amor. Y El Arte de la Paz es la forma más pura de ese principio. Un guerrero es acusado de detener toda contención y endurecimiento. El amor universal funciona de muchas formas; a cada manifestación se le debe permitir su libre expresión. El Arte de la Paz es la verdadera democracia.

---

**Treinta**

Todos y cada uno de los maestros, sin importar la época o el lugar, escucharon el llamado y lograron la armonía con el cielo y la tierra. Hay muchos caminos que conducen la cumbre del Monte Fuji, pero sólo hay una cumbre - el amor.

---

**Treinta y Uno**

La lealtad y la devoción llevan a la valentía. La valentía conduce al espíritu de sacrificio personal. El espíritu de sacrificio personal hace surgir la confianza en el poder del amor.

---

**Treinta y Dos**

La economía es la base de la sociedad. Cuando la economía es estable, la sociedad se desarrolla. La economía ideal combina lo espiritual con lo material, y los mejores bienes para transar son la sinceridad y el amor.

---

**Treinta y Tres**

El Arte de la Paz no depende de las armas o de la fuerza bruta para ser exitoso; en su lugar nos colocamos en sintonía con el universo, mantenemos la paz en nuestros reinos, nutrimos vida, y prevenimos muerte y destrucción. La verdadera definición del término *samurai* es aquel que sirve y se adhiere al poder del amor.

---

**Treinta y Cuatro**

Abriga y pule

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

el espíritu guerrero  
mientras se sirve en este mundo;  
Ilumina el camino  
de acuerdo a tu luz interior.

---

**Treinta y Cinco**

El Camino de Paz es extensamente vasto, reflejando el gran diseño de los mundos ocultos y manifiestos. Un guerrero es un altar viviente de lo divino, uno que sirve el gran propósito.

---

**Treinta y Seis**

Tu mente debe estar en armonía con el funcionamiento del universo; tu cuerpo debe estar sintonizado con el movimiento del universo; cuerpo y mente deben ser uno, unificados con la actividad del universo.

---

**Treinta y Siete**

A pesar de que nuestro camino es completamente diferente de los actos guerreros del pasado, no es necesario abandonar totalmente las viejas prácticas. Vierte las tradiciones venerables en este Arte abrigándolas con ropaje fresco, y construye sobre los estilos clásicos para crear formas mejores.

---

**Treinta y ocho**

El entrenamiento diario en el Arte de la Paz le permite a tu divinidad interior brillar cada vez con más intensidad. No te preocupes por el bien y el mal de otros. No seas calculador o actúes afectadamente. Mantén tu mente enfocada en el Arte de la Paz y no critiques a otros profesores o a otras tradiciones. El Arte de la Paz nunca restringe o aprisiona cosa alguna. Lo abraza todo y purifica completamente.

---

**Treinta y nueve**

Practica el arte de la Paz con sinceridad, y los actos y los pensamientos perversos desaparecerán naturalmente. El único deseo que debe permanecer es la sed por más y más preparación en el Camino.

---

**Cuarenta**

Aquellos que están iluminados nunca paran de forjarse a sí mismos. Las realizaciones de tales maestros no pueden ser expresadas acertadamente con palabras o teorías. Las acciones más perfectas replican los patrones encontrados en la naturaleza.

---

**Cuarenta y uno**

Día tras día  
Entrena tu corazón hacia afuera,  
Refinando tu técnica:  
¡Utiliza la Unidad para golpear los Muchos!

**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

Esa es la disciplina del Guerrero.

---

**Cuarenta y dos**

El Camino del Guerrero  
No puede ser abarcado  
Con palabras o con letras:  
Atrapa la esencia  
¡Y muévete hacia la realización!

---

**Cuarenta y tres**

El propósito de entrenar es azucar la pereza, fortalecer el cuerpo, y limpiar el espíritu.

---

**Cuarenta y cuatro**

El hierro está lleno de impurezas que lo debilitan; al forjarlo, se convierte en acero y es transformado en una espada muy afilada. Los seres humanos se desarrollan de la misma manera.

---

**Cuarenta y cinco**

Desde tiempos remotos,  
El aprendizaje profundo y el valor  
Han sido dos pilares del Camino:  
Por la virtud del entrenamiento,  
Ilumina ambos, cuerpo y alma

---

**Cuarenta y seis**

Los instructores pueden impartir solo una fracción de la enseñanza. Es a través de tu práctica devota que los misterios del Arte de la Paz son traídos a la vida.

---

**Cuarenta y siete**

El Camino del Guerrero está basado en la humanidad, el amor y la sinceridad; el corazón del valor marcial son la verdadera valentía, la verdadera sabiduría, el verdadero amor y la verdadera amistad. El énfasis en los aspectos físicos de la batalla es fútil, pues el poder del cuerpo es siempre limitado.

---

**Cuarenta y ocho**

Un verdadero guerrero está siempre armado con tres cosas: la radiante espada de la pacificación; el espejo de la valentía, la sabiduría y la amistad; y la joya preciosa de la Iluminación.

---

**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

**Cuarenta y nueve**

El corazón de un ser humano no tiene diferencia alguna con el alma del cielo y la tierra. En tu práctica, siempre mantén presente en tus pensamientos la interacción del cielo y la tierra, el agua y el fuego, el yin y el yang.

---

**Cincuenta**

El Arte de la Paz es el principio de la no-resistencia. Porque es no-resistencia, es victorioso desde el comienzo. Aquellos con intenciones perversas o pensamientos divisores son vencidos al instante. El Arte de la Paz es invencible porque no compite con nada.

---

**Cincuenta y uno**

No hay concursos en el Arte de la Paz. Un verdadero guerrero es invencible porque él o ella concursan con nada. Derrotar significa derrotar la mente controversista que albergamos al interior de cada uno de nosotros.

---

**Cincuenta y dos**

Herir un oponente es herirse a uno mismo. Controlar la agresión sin causar heridas es el Arte de la Paz.

---

**Cincuenta y tres**

El guerrero totalmente iluminado puede utilizar libremente todos los elementos contenidos en el cielo y en la tierra. El verdadero guerrero aprende como percibir correctamente la actividad del universo y como transformar las técnicas marciales en vehículos de pureza, bondad y belleza. La mente y el cuerpo de un guerrero deben ser permeados con sabiduría iluminada y profunda calma.

---

**Cincuenta y cuatro**

Practica siempre 'El Arte de La Paz' de manera vibrante y dichosa.

---

**Cincuenta y cinco**

Es necesario desarrollar una estrategia para que utilice todas las condiciones y elementos físicos que estén a la mano. La mejor estrategia depende de un conjunto ilimitado de respuestas.

---

**Cincuenta y seis**

Una posición y una postura correctas reflejan un apropiado estado mental.

---

**Cincuenta y siete**

La clave para una buena técnica es mantener tus manos, tus pies, y tus caderas rectas y centradas. Si está centrado, te puedes mover libremente. El centro físico es tu

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

ombbligo; si tu mente también está centrada, tienes asegurada la victoria en cualquier proyecto.

---

**Cincuenta y ocho**

Muévete como un rayo de luz:  
Vuela como el relámpago,  
Golpea como el trueno,  
Gira en círculos alrededor de  
Un centro estable.

---

**Cincuenta y nueve**

Las técnicas emplean cuatro cualidades que reflejan la naturaleza del mundo. Dependiendo de la circunstancia, deberías ser: Duro como un diamante, flexible como un sauce, ligero de movimiento como el agua o vacío como el espacio.

---

**Sesenta**

Si tu oponente ataca con fuego, responde con agua, convirtiéndote completamente fluido y de libre circulación. El agua, por su naturaleza, nunca choca ni se rompe contra nada. Al contrario, recibe y ataca inofensivamente.

---

**Sesenta y Uno**

Funcionando armoniosamente juntas, la derecha y la izquierda hacen surgir todas las técnicas. La mano izquierda se encarga de la vida y la muerte; la mano derecha las controla. Las cuatro extremidades del cuerpo son los cuatro pilares del cielo, y manifiestan las ocho direcciones, el yin y el yang, lo interior y lo exterior.

---

**Sesenta y Dos**

Manifiesta yang  
en tu mano derecha,  
Balancéalo con  
el yin de tu izquierda,  
Y guía a tu compañero.

---

**Sesenta y Tres**

Las técnicas del Arte de la Paz no son rápidas ni lentas, ni están adentro o afuera. Ellas trascienden el tiempo y el espacio.

---

**Sesenta y Cuatro**

Avanza hacia delante en la Gran Tierra;  
Encrésplate como las Grandes Olas;  
Párate como un árbol, siéntate como una piedra;  
Usa la Unidad para golpear el Todo.  
¡Aprende y olvida!

**Sesenta y Cinco**

Cuando un oponente se aproxime, adelántate y agasájalo; si quiere retroceder, devuélvelo a su camino.

---

**Sesenta y Seis**

El cuerpo debe ser triangular, la mente circular. El triángulo representa la generación de energía y es la postura física más estable. El círculo simboliza la serenidad y la perfección, la fuente de técnicas ilimitadas. El cuadrado representa solidez, el fundamento del control aplicado.

---

**Sesenta y Siete**

Siempre procura estar en comunión con el cielo y la tierra; entonces el mundo se presentará en su luz verdadera. La arrogancia se desvanecerá y te podrás fusionar con cualquier ataque.

---

**Sesenta y Ocho**

Si tu corazón es lo suficientemente amplio para envolver a tus adversarios, podrás ver a través de ellos y evitar ataques. Y una vez los hayas envuelto, los podrás guiar a lo largo del camino que te ha indicado el cielo y la tierra.

---

**Sesenta y Nueve**

Libre de debilidad,  
y sin ignorar a propósito  
el Ataque preciso  
de sus enemigos:  
¡Paso adelante y actúa!

---

**Setenta**

No mires este mundo con temor y repugnancia. Enfrenta con valentía lo que los dioses ofrezcan.

---

**Setenta y Uno**

Cada día de la vida humana conlleva alegría y cólera, placer y dolor, oscuridad y luz, crecimiento y decadencia. Cada momento está grabado en el gran diseño de la naturaleza - no trates de negar u oponerte al orden cósmico de las cosas.

---

**Setenta y Dos**

Protectores del mundo  
y guardianes del Camino  
De Dioses y Budas,  
Las técnicas de Paz nos permiten enfrentar cualquier reto.

**Setenta y Tres**

La vida en si misma es siempre una prueba. Al entrenar, debes probarte y pulirte para enfrentar el gran reto que es la vida. Trasciende el reino de la vida y la muerte y entonces, podrás hacer tu camino en calma y con seguridad a través de las crisis que te confronten.

---

**Setenta y Cuatro**

Agradece incluso los tiempos malos, los reveses y las personas perversas. Convivir con tales obstáculos es parte esencial del entrenamiento en el Arte de la Paz.

---

**Setenta y Cinco**

El fracaso es la llave del éxito;  
Cada error nos enseña algo.

---

**Setenta y Seis**

En situaciones extremas, el universo entero se convierte en nuestro enemigo; en tiempos tan críticos, la unidad de la mente y de la técnica es esencial - no permitas que tu corazón flaquee.

---

**Setenta y Siete**

En el instante  
Que un guerrero  
confronta un enemigo,  
Todo se enfoca.

---

**Setenta y Ocho**

Aunque estés desafiado  
por un solo enemigo,  
Permanece en guardia,  
Porque siempre estás rodeado  
por una multitud de ellos.

---

**Setenta y Nueve**

El Arte de la Paz es alcanzar aquello de que se carece.

---

**Ochenta**

Uno debe estar preparado para recibir noventa y nueve por ciento del ataque de un enemigo y mirarlo fijamente a los ojos para poder iluminar el Camino.

---

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

**Ochenta y Uno**

En nuestras técnicas nosotros entramos y nos mezclamos completa y totalmente con ellas, y así controlamos firmemente un ataque. La fortaleza reside donde nuestro *ki*<sup>1</sup> está concentrado y es estable; la confusión y la malicia surgen cuando el *ki* se estanca.

---

**Ochenta y Dos**

Hay dos tipos de *ki*: *ki* común u ordinario y *ki* verdadero. El *ki* común es grueso y pesado; el *ki* verdadero es ligero y versátil. Para un buen desempeño, debes liberarte del *ki* ordinario y pernear tus órganos con *ki* verdadero.

---

**Ochenta y Tres**

En el Arte de la Paz nunca atacamos. Un ataque es prueba de que estamos fuera de control. Nunca huyas de ningún tipo de reto, pero no trates de suprimir o controlar un oponente de manera artificial. Deja que los atacantes vengan de donde quieran y luego mézclate con ellos. Nunca persigas a un oponente. Redirige cualquier ataque y mantente firme detrás de él.

---

**Ochenta y Cuatro**

Viéndome frente a él,  
El enemigo ataca,  
Pero para ese momento ya estaré  
a salvo detrás de él.

---

**Ochenta y cinco**

Cuando seas atacado, unifica la parte superior, intermedia e inferior del cuerpo. Entra, gira y mézclate con tu oponente, frente y espalda, derecha e izquierda.

---

**Ochenta y Seis**

Tu espíritu es el verdadero escudo.

---

**Ochenta y Siete**

Los oponentes nos confrontan continuamente, pero realmente ahí no hay oponentes. Entra profundamente en un ataque y neutralízalo a medida que canalizas la fuerza mal dirigida hacia tu esfera.

---

**Ochenta y Ocho**

No mires fijamente a los ojos de tu oponente: puede hipnotizarte. No te quedes contemplando su espada: puede intimidarte. Nunca te enfoques en tu oponente: puede absorber tu energía. La esencia del entrenamiento es traerlo completamente a tu esfera. Entonces podrás poner pie donde quieras.

---

<sup>1</sup> *Ki*: concentración

**Ochenta y Nueve**

Aún el ser humano más poderoso tiene una esfera de fortaleza limitada. Sácalo de esa esfera y tráelo a la tuya. Su fortaleza se disipará.

---

**Noventa**

Izquierda y derecha,  
Evita todo, cortadas y amagues.  
Detén las mentes de tus oponentes  
y dispérsalas todas.

---

**Noventa y Uno**

El verdadero Arte de la Paz es no sacrificar ni uno solo de tus guerreros para derrotar un enemigo. Derrota tus adversarios manteniéndote siempre en una posición inexpugnable y segura; entonces nadie sufrirá pérdidas. El camino de un Guerrero, el Arte de la Política, es detener los problemas antes de que comiencen. Consiste en derrotar a tus adversarios espiritualmente haciéndolos entender la ridiculez de sus acciones. El Camino del Guerrero es el de establecer armonía.

---

**Noventa y Dos**

Domina las técnicas divinas  
del Arte de la Paz,  
Y ningún enemigo  
se atreverá a retarte.

---

**Noventa y tres**

En tu entrenamiento no te afanes, ya que toma un mínimo de diez años dominar los fundamentos y avanzar al primer escalón. Nunca pienses de ti mismo como él que lo sabe todo, el maestro perfecto; debes continuar el entrenamiento diario con amigos y estudiantes y progresar juntos en el Arte de la Paz.

---

**Noventa y Cuatro**

El progreso llega  
a aquellos que  
se entrenan y se entrenan;  
Depender en técnicas secretas  
no te llevará a ningún lado.

---

**Noventa y Cinco**

Malgastando el tiempo con una  
y otra técnica  
no es de gran utilidad;  
Simplemente actúa con decisión

---

**El Arte de la Paz**  
**Por Morihei Ueshiba**

¡Sin reserva!

---

**Noventa y Seis**

Si percibes la verdadera forma del cielo y la tierra, te iluminarás hacia tu verdadera forma. Si eres iluminado respecto a un determinado principio, puedes ponerlo en práctica. Después de cada aplicación o experiencia práctica, reflexiona sobre tus esfuerzos. Progresa continuamente de esta forma.

---

**Noventa y Siete**

El Arte de la Paz puede ser resumido como sigue: La Verdadera Victoria es la victoria personal; ¡Permite que ese día llegue rápidamente! “La Verdadera Victoria” significa un coraje constante y férreo; “la victoria personal” simboliza un esfuerzo incansable; y “permitir que ese día llegue rápidamente” representa el glorioso momento del triunfo en el aquí y en el ahora.

---

**Noventa y Ocho**

Expulsa los pensamientos que limitan, y regresa al verdadero vacío. Párate en el centro de la Gran Vaciedad. Este es el secreto del Camino del Guerrero.

---

**Noventa y Nueve**

Para verdaderamente implementar el Arte de la Paz, debes ser capaz de ejercitarte libremente en lo manifiesto, lo oculto y los reinos divinos.

---

**Cien**

Si comprendes  
El Arte de la Paz,  
Este Camino difícil,  
Tal como es,  
Abrazarás la esfera celestial.

---

**Ciento Uno**

Las técnicas del Camino de la Paz cambian constantemente; cada encuentro es único, y la respuesta apropiada debe emerger de una forma natural. Las técnicas de hoy serán diferentes a las de mañana. No te quedes atrapado en la forma y la apariencia de un reto. El Arte de la Paz no tiene Forma - es el estudio del Espíritu.

---

**Ciento Dos**

Finalmente, te debes olvidar de la técnica. Entre más progresas, hay menos lecciones. El Gran Camino es realmente Ningún Camino.

---

**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

**Ciento Tres**

El arte de la Paz que yo practico tiene espacio para cada uno de los ocho millones de dioses de la tierra, y yo coopero con todos ellos. El Dios de la Paz es enorme y abarca todo lo que es divino e iluminado en cada tierra.

---

**Ciento Cuatro**

El Arte de la Paz es una forma de oración que genera luz y calor. Olvídate de tu pequeño yo y despréndete de los objetos, e irradiarás luz y calor. Luz es sabiduría; el calor es comprensión.

---

**Ciento Cinco**

La construcción de altares y templos no es suficiente. Establécete como la imagen viviente del Buda. Todos deberíamos ser transformados en dioses de compasión o Budas victoriosos.

---

**Ciento Seis**

Confía en la Paz  
para activar en ti  
múltiples y diversos poderes;  
Pacífica tu entorno y ambiente  
y crea un mundo maravilloso.

---

**Ciento Siete**

El Divino no es algo que está en lo alto y por encima de nosotros. Está en el cielo, está en la tierra, y está en nuestro interior.

---

**Ciento Ocho**

Únete con el cosmos y la idea de trascendencia desaparecerá. La trascendencia pertenece al mundo profano. Cuando todo vestigio de trascendencia se desvanece, la verdadera persona - el Ser Divino - se manifiesta. Vacíate y permítele al Divino funcionar.

---

**Ciento Nueve**

No puedes ver ni tocar lo Divino con tus sentidos comunes. Lo Divino está en ti, no en algún lugar distinto. Únete con lo Divino y podrás percibir dioses donde quiera que estés, pero no trates de atraparlos o aferrarte a ellos.

---

**Ciento Diez**

A lo divino no le gusta que lo confinen en una edificación. A lo Divino le gusta estar afuera en lo abierto. Él está aquí mismo, en este cuerpo. Cada uno de nosotros es un Universo en miniatura, un altar viviente.

---

**El Arte de la Paz  
Por Morihei Ueshiba**

**Ciento Once**

Cuando reverencias profundamente al universo, él te devuelve tu respeto; cuando llamas en voz alta el nombre de dios, oirás el eco en tu interior.

---

**Ciento Doce**

El Arte de la Paz es la religión que no es religión; perfecciona y completa todas las religiones.

---

**Ciento Trece**

El camino es expansivamente vasto. Desde tiempos antiguos hasta hoy, aún los más grandes sabios no pudieron percibir y comprender la verdad entera; las explicaciones y las enseñanzas de los maestros y los santos expresan solamente una parte del todo. Nadie puede hablar de algo así como la totalidad. Solo dirígete a la luz y al calor, aprende de los dioses y a través de la práctica devota del Arte de la Paz conviértete uno con la Divinidad.

---

**Ciento Catorce**

¡La belleza divina Del cielo y la tierra!  
Toda creación, miembros de una familia

---

Excerpted from *The Art of Peace* translated by John Stevens.



Contributed by William McLuskie [highlndr@cybernetics.net](mailto:highlndr@cybernetics.net)

[http://www-cse.ucsd.edu/users/paloma/Aikido/aikido\\_info.html](http://www-cse.ucsd.edu/users/paloma/Aikido/aikido_info.html)

Ciento catorce citas

<http://www-cse.ucsd.edu/users/paloma/Aikido/artpeace.html>

<http://www-cse.ucsd.edu/users/paloma/Aikido/morihei.html>

Final de la traducción al español por **Fernando Valencia** (Zhèng chún) desde Bogotá, Colombia - 11 de junio de 2005

Portada por Henry Binerfa Castellanos (Rev. Yin Ming Shakya) desde Camagüey, Cuba.