



Stundenplan-Anpassung 2.0 : Mehr Raum für Gemeinsames

Die letzte Stundenplan-Anpassung ist nicht lange her, sie wurde auf Augst 2017 eingeführt. Die Eckdaten waren: Von Montag bis Donnerstag drei statt zwei Trainings pro Abend, nahtloser Übergang vom zweiten zum dritten Training, Trainingsschluss um 21.30 h. Die Technische Kommission (TK) des Aiki-Kai Zürich hat die Auswirkungen jener Stundenplan-Anpassung von Anfang an aufmerksam im Auge behalten. Das grosse Angebot für die Mitglieder und die vermehrte Einbindung von jüngeren Aikido-Lehrern wurden als Vorteil erkannt, aber es zeigten sich auch deutliche Nachteile: Gar eng getaktete Abende, gar anspruchsvolle Übergänge vom zweiten zum dritten Training, gar wenige Teilnehmerinnen und Teilnehmer pro Trainingseinheit, gar später Trainingsschluss.

So hat sich die TK erneut und ausgiebig mit einer neuen Stundenplan-Version beschäftigt. Diese soll insbesondere Folgendes bieten: Genug Zeit für den sozialen Austausch zwischen den Keikos und danach für das selbständige Weitertrainieren (z.B. für die Prüfungsvorbereitung) oder einen gemeinsamen Besuch im Sphères, Trainings in sinnvoller Länge, eine simple, schnörkellose Zeitstruktur. Ebenso soll eine gute Mischung zwischen dem Elan von jüngeren und der Erfahrung von etablierten Aikido-Lehrern beibehalten und kultiviert werden. Der neue Stundenplan ist unten in der Übersicht abgebildet.

Unsere Trainings:
Donnerstag, 18:00-19:20 h
bei Herbert Looser und
Alexander Büchi

Am Donnerstag komme ich oft mit etwas zeitlichem Vorlauf ins Dojo. So habe ich Zeit, den Gedanken des Tages zu entgehen und in die Keiko-Atmosphäre einzutauchen. Dieser Übergang wird durch das Aufwärmen unterstützt, das manchmal aus Yoga besteht und manchmal aus langsam und genau durchgeführten Techniken, die helfen, sich auszu dehnen. Anfänger und Fortgeschrittene stehen auf den Matten, alle mit der gleichen Begeisterung und dem gleichen Wunsch, gemeinsam zu üben. Alex vermittelt mit seinen eindeutigen Erklärungen und seinem unermüdlichen Enthusiasmus die Freude an jeder Technik, er ermuntert bei Unsicherheit und inspiriert durch Herausstreichen von besonderen Aspekten. Herbert ruft uns zu einer in jedem Detail vollendeten Ausführung auf und erinnert uns daran, dass die Techniken nicht nur aus Bewegungsabläufen bestehen. Die Haltung, die innere Einstellung, der Blick, der Geist, dies alles muss im Einklang sein, um ein ruhiges inneres Gleichgewicht zu erreichen. Uke ist kein Feind, sondern der Partner, der uns ermöglicht, die Technik durchzuführen. Wenn Uke und Tori in diesem Sinne zusammenkommen, beginnen die Techniken zu fließen. Es ist toll, zwei sich abwechselnde Lehrer zu haben, die uns die Möglichkeit geben, die Techniken mit jedem von ihnen zu üben. Die Donnerstagstunde mit Herbert und Alex wird so für mich zur doppelten «Masterclass».

Maurizio Beltrami

Trainingsplan

gültig ab 7. Januar 2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
10:00						Herbert
11:00						
12:00						
13:00			Van Thang	Hans		
14:00						
15:00						
16:00			Kindertraining Barbla & Bruno			
17:00						
18:00						
19:00	Michi G	Hans	Rolf	Herbert & Alex		
20:00	Michi M & Dani	Ivo & Herbert	Michi G	Dani & Michi S & Ivo	Hans	
21:00						
22:00						

Fortsetzung des Artikels auf Seite 2...



Mitgliedergalerie:

Patrick Engel

Aufgewachsen ist Patrick in Biel, wo er schon mit 16 Jahren dem Aikido-Club Biel-Bienne beiträt. Nach Beginn des Philosophie- und Geschichtsstudiums an der Universität Basel erfolgte der Wechsel zum Aikido-Club Kleinbasel. Die für Patrick hinsichtlich Aikido wichtigste Weichenstellung war das Austauschsemester 2007 an der Universität Strassbourg, denn im «Uni-Dojo» lernte er Paul Müller Sensei kennen, der dort regelmässig unterrichtet. Patrick fühlte sich von seinem klaren Stil sehr angesprochen. Er ist auch heute noch sein wichtigster Lehrer. Bei ihm hat er auch alle seine Dan-Prüfungen abgelegt: 1. Dan 2009, 2. Dan 2012 und 3. Dan 2016. Paul Müller, zunächst Schüler von Nakazono, Tamura und Chiba Sensei, hat später seinen Aikidostil bei Nishio Sensei wesentlich erweitert, dessen Aikido auch Elemente aus Iaido und Karate enthält und sich durch sehr effiziente Techniken auszeichnet. Nach dem Umzug nach Zürich 2015 entschied sich Patrick, dem Aiki-Kai Zürich beizutreten, einem idealen Ort, um seinen Aikido-Weg fortzusetzen. Patricks Faszination an den unzähligen Bewegungsabläufen zeigt sich u.a. in folgender Aussage: «Es gibt im Aikido ein Ideal, das man nie erreichen kann, dem aber immer näher kommt...» Anfang 2018 hat Patrick seine Doktorarbeit in Philosophie abgeschlossen. Seither macht er die Ausbildung zum Gymnasiallehrer und unterrichtet nebenher Deutsch für Erwachsene.

Dieter Hoffmann

... Fortsetzung Stundenplan-Anpassung 2.0

Die neue Stundenplan-Anpassung gilt ab dem ersten Training im neuen Jahr, also ab Montag, 7. Januar 2019. Die Trainings über Mittag, am Freitagabend und am Samstagmorgen sowie das Kindertraining am Mittwochnachmittag bleiben unverändert. Aber von Montag- bis Donnerstagabend finden nun – wie vor der letzten Änderung schon jahrzehntelang – zwei rund anderthalbstündige Keikos statt. Und zwar von 18.00 bis 19.20 h und von 19.40 bis 21.00 h. So ist die Pause zwischen beiden Trainings und das Zeitfenster nach dem letzten Training lange genug, dass selbständig weiter geübt und dass ein sozialer Austausch gediegen gepflegt werden kann.

Die personellen Änderungen fallen – bis auf eine Ausnahme – moderat aus. Die beiden späten Trainings am Montag, Dienstag und Donnerstag werden zu Tandems fusioniert. Am Mittwoch überlässt Bruno Vollenweider Michi Graber das späte Keiko vollständig. Es ist Bruno ein Anliegen, den jungen Aikido-Lehrern im Aiki-Kai Zürich Raum zur Entfaltung zur Verfügung zu stellen. Brunos Entscheid reiht sich passgenau ein in sein jahrzehntelanges, immer von Stetigkeit, Weitsicht und Bescheidenheit geprägtes Engagement für unseren Club. Er wird weiterhin mit Barbla das Kindertraining am Mittwochnachmittag leiten und in anderen Keikos auf den Matten mit von der Partie sein. Der Vorstand und die Technische Kommission des Aiki-Kai Zürich sprechen Bruno für seine grossen Verdienste für unseren Club ein herzliches Dankeschön aus. Bruno, Du hast vielen Menschen den Weg zum Aikido geöffnet!

Die TK hofft, mit der Stundenplan-Anpassung 2.0 eine Struktur gefunden zu haben, die jedes einzelne Clubmitglied und den Club als Ganzes weiterbringt.

Im Auftrag der TK: Alexander Büchi



Kalligraphie «Shibumi»

Die Kalligraphie Shibumi wurde dem Aiki-Kai Zürich im Jahr 2010 von Tiki Shewan Sensei geschenkt. Sie stammt von Pascal Krieger.

Pascal Krieger ist eine bedeutende Persönlichkeit im Budo. Er wurde 1945 geboren, machte eine Lehre als Typograph und begann im Alter von 18 Jahren mit Judo. 1968 reiste er nach Japan und lernte dort Jodo, Iaido und Shodo (Kalligraphie) kennen. Seit 1976 lebt er, mit Unterbrüchen, in Genf. Er begegnete Tiki Shewan, mit dem er bis heute Iaido und Kenjutsu praktiziert. Pascal gründete die schweizerischen und europäischen Verbände für Jodo und Iaido. 1996 erhielt er den 10. Dan in Shodo und wenig später den höchsten Grad in Iaido und Jodo. Für seine Verdienste für die japanische Kultur wurde ihm 2008 von Japan der Orden «Order of the Rising Sun» überreicht.

Auf der Kalligraphie befinden sich die zwei grossen Schriftzeichen

渋	Shibu	zögern, keine Lust haben
未	Mi	der Geschmack, die Vorliebe

Links stehen die Informationen, wo, wann und vom wem diese Kalligraphie gemacht wurde.

居合々宿	Iai Gasshuku	Iai Seminar
ジェネーブ	Genève	
平成二十二年	Heisei 22	Jahr Heisei 22 (= 2010)

Die untersten beiden Schriftzeichen über den roten Stempeln sind die Umschrift ins Japanische von Pascal Kriegers Namen.

Shibumi hat mehrere Bedeutungen. Zum einen bezeichnet es einen schlichten, eleganten Geschmack von Nahrungsmitteln, da Shibu als Nomen auch den Saft der Kaki-Frucht bezeichnet. Zum andern bezeichnet es schlichte, elegante Ästhetik, zum Beispiel von dekorativen Gegenständen.

Für Pascal Krieger ist Shibumi eine sehr japanische Eigenschaft, die in unserer Kultur extrem schwierig zu beschreiben sei. Im Budo sei Shibumi eine Haltung, die eine gewisse Distanz ausdrückt. Sein Shodo-Lehrer Isoji Saito (Kashû mit Kalligraphie-Namen), Präsident des Tōka Shoin Instituts, definierte Shibumi so:

Refinement underlying common-place appearances, understanding rather than knowledge. Modesty without pudency, a spiritual tranquility that is not passive. Authority without domination.

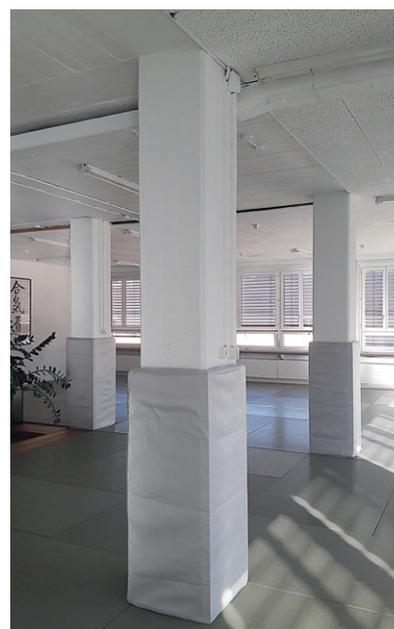
Fortsetzung auf Seite 4



Ist er dir aufgefallen, der neue Säulenschutz?

Farblich passt er zur Rückwand unseres Shomens und zu den schmalen Wandabschnitten an unserer Fensterfront nach Süden. Ästhetisch ist er so raffiniert, dass viele Mitglieder ihn im ersten Training gar nicht wahrgenommen haben. Er ist schlicht, elegant, nützlich, unaufdringlich. Denkt man tiefer darüber nach, muss man ihm Shibumi-Qualitäten (siehe Artikel in der breiten Spalte) zusprechen: Unser Säulenschutz ist montiert!

Raphael Frei hat unserem Club erneut viele Stunden seines profunden Fachwissens zur Verfügung gestellt und dieses Projekt sorgfältig geplant und diesen Herbst realisiert. Bis anhin mussten wir keine ernststen Unfälle aufgrund der Säulen auf unseren Matten verzeichnen. Wir sind froh, dass wir nun für die Zukunft zusätzlich gewappnet sind. Unser Dojo, mit seiner grosszügigen Mattenfläche, mit dem lichtdurchfluteten Raum, mit dem schönen Shomen und mit den gehaltvollen Kalligraphien, es hat nun einen weiteren Pluspunkt. Vielen Dank, Raphael!



CLUB NEWS

15. Dezember 2018 ab 12.30 h

Osoji
Aiki-Kai Zürich

19. - 20. Januar 2019

FSA-TK
Aikido Dojo Sion

01. - 03. Februar 2019

Stéphane Benedetti Shihan (7. Dan)
Aiki-Kai Zürich

09. - 10. März 2019

Robert Dalessandro Shihan (6. Dan)
Budokan Lausanne

30. - 31. März 2019

FSA-TK (inkl. GV FSA)
Aiki-Kai Zürich

13. - 14. April 2019

Brahim Si Guesmi Sensei (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

11. - 12. Mai 2019

Janet Clift Sensei (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

25. Mai 2019

FSA-TK
Dan/Kyu Vorbereitung/Prüfung
Aiki-Kai Zürich

15. - 16. Juni 2019

Claude Pellerin Shihan (7. Dan)
Budokan Lausanne

6. - 7. Juli 2019

Henry Avril Shihan (6. Dan)
Aiki-Kai Zürich

Aiki-Kai Mitglieder-Info:

Alexander Büchi (AB)
Ehrendingerstrasse 45
5408 Ennetbaden
Tel: 056 210 90 50
alexanderbuechi@bluewin.ch
Nächste Ausgabe erscheint
im Februar 2019

Verfeinerung, die den Erscheinungen des Alltags zugrunde liegt, Verständnis statt Wissen. Bescheidenheit ohne Scham, eine spirituelle Ruhe, die nicht passiv ist. Autorität ohne Dominanz.

Es gibt auch ein Buch «Shibumi», ein Thriller von Trevanian (Rodney William Whitaker, 1931-2005), der gute Kenntnisse der chinesischen und japanischen Kultur hatte. Auch er gibt eine Definition von Shibumi, die Pascal sehr interessant und nahe an der Wahrheit findet (siehe auch Infoblatt 4/2010):

Shibumi hat mit grosser Raffinesse zu tun, die den alltäglichen Erscheinungen zugrunde liegt. Es ist eine Aussage, die so korrekt ist, dass sie nicht mutig, so ergreifend, dass sie nicht schön, so wahr, dass sie nicht real sein muss. Shibumi ist eher Verständnis als Wissen. Beredtes Schweigen. Als Haltung ist es Bescheidenheit ohne Scham. In der Kunst ist es elegante Einfachheit, formulierte Kürze. In der Philosophie ist es spirituelle Ruhe, die nicht passiv ist, es ist Sein ohne zu Angst zu werden. Und in der Persönlichkeit des Menschen ist es ... Autorität ohne Dominanz. So etwas in der Art.»

*Hans-Jörg Wettstein
unter Mithilfe von Pascal Krieger und Alexandra Ciorciaro*

PS: Der Aiki-Kai hat in seiner Bibliothek ein sehr schönes und lehrreiches Buch von Pascal Krieger «Ten-Jin-Chi» (Himmel-Mensch-Erde), eine kalligraphische Annäherung an Budo.

Gradierungen

Mik Gruber, Jean Philippe Gross und Lyudmyla Fesenko haben am 5. November 2018 ihre Prüfung zum 5. Kyu erfolgreich absolviert. Herzliche Gratulation!

Osoji am Samstag, 15. Dezember 2018

ab 12.30 h (vorher ab 10 h Keiko)

Nicht vergessen und Mitmachen bei unserem Dojo-Putz!

Weihnachtsferien

Von Montag, 24. Dezember 2018 bis Sonntag, 6. Januar 2019 finden bei uns im Dojo keine Trainings nach Stundenplan statt. Das erste reguläre Training im neuen Jahr ist am Montag, 7. Januar 2019 – und zwar nach dem neuen Stundenplan!

Aikido über die Festtage:

Hans Balmer bietet wieder «Weihkido» an!

Sei dabei und zwar am:

- Mittwoch, 26. Dez. 2018, 15.00 - 17.00 h
- Freitag, 28. Dez. 2018, 18.30 - 20.30 h
- Donnerstag, 3. Jan. 2019, 18.30 - 20.30 h

