



Unser Club in der Covid-19 Krise

Stell dir vor es herrscht eine Pandemie und die Dojos weltweit müssen ihren Trainingsbetrieb einstellen. Was vor wenigen Monaten noch nach schwarzma- lender Science-Fiction anmutete, wurde Mitte März 2020 zur Realität. Auch unser Dojo musste vollständig schliessen. Schon nach kurzer Zeit stellten sich für den Vorstand und die Technische Kommission des Aiki-Kai Zürich diverse Fragen: Wie können wir auch im Lockdown die Verbindung und Kommuni- kation in unserem Club aufrecht halten? Was heisst die Situation für unser Dojo kurzfristig? Und was heisst es mittel- ja gar langfristig? Dutzende von Mails machten die Runde und Schritt für Schritt fanden wir gangbare und zielführende Wege im Corona-Dickicht. Die Technische Kommission lancierte einen elektronischen Newsletter mit Informationen aus der Aikido-Welt und insbesondere Vorschläge, wie Aikido auch alleine und von zu Hause aus weiter praktiziert werden kann. Im Newsletter konnten wir beispielsweise anhand von Videos von verschiedenen hochgradierten Senseis unterschiedliche Zugänge zu Shomen uchi ikkyo studieren. Eine höchst spannende Sache! Etwas später begann die TK online-Keikos via Video-Konferenz anzubieten. Ein Format, das auch im Ausland zur Anwendung kam. Zuerst gemeinsam unter Anleitung und gar mit persönlichem Feedback bewegen, dann noch geselliges Zusam- mensein am Bildschirm. Ein Lichtblick im Lockdown-Alltag! Der Vorstand fragte bei der Hausverwaltung um Mietzinsreduktion an und wir freuen uns über die Kulanz unseres Vermieters: Zwei Monatsmieten werden uns erlassen. Herzlichen Dank! Kaum waren Lockerungen für Clubs wie dem unseren von Seiten der Behörden in Sicht, tagten Vorstand und TK online, um ein Schutz- konzept zu erstellen und den Trainingsbetrieb so bald und so umfangreich wie möglich wieder aufzunehmen. So, dass wir wieder gemeinsam im Dojo trainieren können, natürlich unter Beachtung aller Schutzvorkehrungen. Wir machen das Beste aus der Situation und hoffen, dass wir bald wieder ohne Einschränkungen unsere schöne Bewegungskunst ausführen können.

Alexander Büchi



Infoblatt, cool sucht...

Vor gut fünf Jahren trat ich dem Vorstand des Aiki-Kai Zürich bei, um das Mitglieder-Infoblatt zu übernehmen. Gut zwanzig Ausga- ben konnte ich seither auf den Weg bringen und so dazu beitragen, dass unser ausserordentlich wertvoller Club bestehen und gedeihen kann. Ich danke allen, die mich dabei un- terstützt haben, insbesondere Hans- Jörg fürs Gegenlesen, Pedro für die vielen coolen Fotos, Dieter für die schönen Portraits und allen, die Tex- te für das Infoblatt verfasst haben. Ich selber konnte Aikido von einer neuen Seite entdecken und dabei viel lernen. Es war faszinierend – und halt auch zeitaufwendig. Da es auch in Beruf, Familie und darüber hinaus für mich viele und spannen- de Felder zu entdecken und zu be- ackern gibt, habe ich mich aus Ka- pazitätsgründen entschlossen, vom Vorstand zurückzutreten. Auch aus der TK verabschiedete ich mich aus denselben Gründen. Im Aiki-Kai werde ich weiterhin mit Freude trai- nieren und im Club dabei sein. Auch meinen Nachfolger / meine Nachfol- gerin fürs Infoblatt werde ich gerne in die Aufgabe einführen. Es ist kei- ne Hexerei!

Interessenten können sich bei mir melden:
alexanderbuechi@bluewin.ch

Alexander Büchi



Mitgliedergalerie:

Ramiro Cirigliano

Aufgewachsen ist Ramiro in Rosario, Argentinien, wo er sich schon während der Schulzeit für Aikido entschied. Das war im Jahr 2003, Ramiro war damals 14 Jahre alt. Seine Begeisterung für Aikido zeigte sich u.a. darin, dass er praktisch jeden Tag trainierte, an einigen Tagen sogar zweimal, in zwei verschiedenen Dojos, und oft bedauerte, nicht schon früher damit anfangen zu haben. Zwei Jahre lang praktizierte Ramiro parallel dazu Judo, um auch von Elementen dieser Kampfsportart profitieren zu können. 2009 absolvierte er die Prüfung zum 1. Dan. Er ist nach wie vor fasziniert von Aikido mit seinen schönen und eleganten Bewegungen und der guten Stimmung in den Dojos. Seit Mai 2018 lebt Ramiro in Zürich. Er recherchierte im Internet und war, wie er sagte, sehr überrascht über das breite Trainingsangebot bei verschiedenen guten Lehrern, die der Aiki-Kai Zürich anbietet. Diese Vielfalt hat ihn angesprochen. Seit Februar 2019 trainiert er regelmässig bei uns. Ramiro hat International Business in Argentinien studiert und dann für eine Versicherungsgesellschaft gearbeitet. Der Entscheid, in die Schweiz umzuziehen, fiel ihm nicht leicht, war dank dem Schweizer Pass, den er immer schon hatte, aber relativ einfach zu realisieren. Sein Hauptziel ist die berufliche Weiterentwicklung. Nach Abschluss der Deutschkurse, die er momentan noch besucht, plant Ramiro eine Zweitausbildung als Pflegefachmann.

Dieter Hoffmann

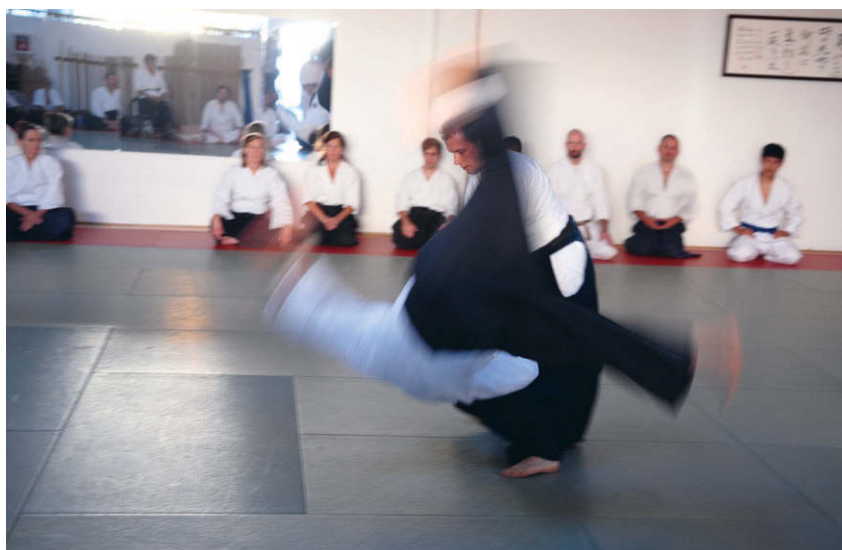
Spillover-Effekte des Aikidos auf den Alltag

Nach 25 Jahren Aikido-Praxis kann ich sagen: Aikido gibt mir viel. Es tut gut und wirkt sich positiv auf meine anderen Lebensbereiche aus. Aikido brings! Aber wie genau?

Aikido zentriert, erdet, lässt mich im Hier und Jetzt sein, erlaubt Fokus ohne Tunnelblick. Was sich im Training (mit der Zeit) praktisch immer einstellt, fliesst über in den Alltag. «Es Ghetz», «e Chrampf», «en Knorz» – wie oft fordert uns der Alltag heraus. Dann heisst es innehalten, durchatmen, Hara spüren, Haltung checken, (Blick-) Winkel adjustieren, den Moment kommen lassen, Schritte unternehmen, dranbleiben, zum Abschluss bringen. Üben wir tausende Male auf alle möglichen Angriffe. Geht auch im Alltag «draussen». Fliessen lassen, zulassen, durchlassen, out of the way of harm, Konfrontation umgehen, auf der Welle reiten (oder auf dem Tiger gar?), Dynamik geniessen, sanft, locker und wie von selbst das Geschehen mitgestalten, manchmal gar massgeblich... Die Dynamik beim Aikido-Üben hilft mir, mit jener des Alltags umzugehen. Nicht zuletzt mit einer Dynamik, die ich mir nicht zwingend gewünscht hätte. Frontal stoppen – das ist oft der erste Impuls. Doch die Erfahrung zeigt es immer wieder: Aikido-mässig geht es eleganter, einfacher, nachhaltiger. Aikido verfeinert die Wahrnehmung. Merken was los ist. Bei mir, um mich herum, bei den anderen Menschen insbesondere. Spüren, wo der Schuh drückt, checken wenn etwas im Schilde geführt wird. Üben wir im Dojo immer und immer wieder. Wie kommt der Angriff? Wo stehe ich gut? Wann ist der Moment? Wo ist die «Linie der Unwiderstehlichkeit» des Gegenübers (dort wo das dritte Bein fehlt)? Merken was los ist – kann man auch im Alltag brauchen. Und egal was los ist: cool, unerschrocken, nonchalant bleiben. Üben wir ja auch, nicht zuletzt, wenn Uke mal so richtig hochtourig angreift.

Unerschrocken die Realität wahrnehmen, zur richtigen Zeit den passenden Move machen, dem Guten und Richtigen entgegen. Tausendmal geübt – irgendwann passiert's wie von selbst. Und das öfter als man denkt. Ich freue mich auf die nächsten 25 Jahre Aikido!

Alexander Büchi



Rolf Keiser - ein Schweizer Aikidoka der ersten Stunde

Am 20. Dezember 1968 besuchte Freddy Jacot das Hombu Dojo, begegnete dort O-Sensei, wurde von ihm zum Tee eingeladen und erhielt drei Kalligraphien (siehe Infoblatt 4/2017). Auch dabei war Rolf Keiser. Wer ist Rolf Keiser?

Rolf Keiser ist 1947 in Zürich geboren. Beide Eltern arbeiteten für die damalige Swissair, wo ja auch Freddy als Bordingenieur tätig war. Nach Auslandsposten seit 1950 in New York und Chicago wurde der Vater im Jahr 1957 zum Regionalmanager für Fernost ernannt und die Familie zog nach Tokyo. Rolf besuchte dort englische und amerikanische Schulen und begann mit Judo- und Karate-Training. Seine Eltern organisierten oft Empfänge und Partys. Dort lernte er Ake (Micky) Schaanning kennen, der Swissair-Pilot war und mit Freddy einer der Pioniere des Aikido in der Schweiz. Micky führte ihn 1961 zum Aikido ins Hombu Dojo, wo O-Sensei unterrichtete. Am 19. Februar 1961 wurde Rolf Keiser mit Membership No. 3248 im Hombu Dojo registriert, als einer der ersten Europäer.



*Rolf Keiser im Hombu Dojo,
August 1965*

Er trainierte nun regelmässig Aikido und nahm Privatstunden bei Sensei Tamura, Nakazono und Tohei. Er besuchte ebenfalls die Public Lessons mit den Lehrern Tada, Tohei, Saito, Nakazono und Tamura. An solchen Trainings erschien häufig auch O-Sensei und leitete dann die Lektion. O-Sensei sprach viel über Spirituelles, Ki und Kototama. Natürlich wurde auch Aikido geübt und mit Jo und Bokken gearbeitet. Im Juli 1962 bestand Rolf Keiser die Prüfung zum 3. Kyu, im September 1963 zum 2. Kyu und im Juli 1964 zum ersten Kyu.

Von 1964 – 1966 besuchte Rolf Schulen in der Schweiz, wohnte bei seiner Grossmutter in Zollikon und machte die Handelsmatur.

Er gab Aikido-Unterricht im Aikido-Club Swissair, aus dem später der Aiki-Kai Zürich entstand. Als einer der höchstgradierten Aikidokas in der Schweiz war er ein begehrter Lehrer und häufig auch Uke, wenn japanische Sensei in die Schweiz kamen. Während den Schulferien besuchte er die Eltern in Tokyo und trainierte dann weiterhin im Hombu Dojo.

Am 4. August 1965 machte Rolf Keiser die 1. Dan-Prüfung, geleitet von O-Sensei und als weiteren Experten Kisshomaru Ueshiba, den damaligen Waka Sensei. Die anspruchsvolle Prüfung dauerte 30-40 Minuten bei sehr heissem und feuchtem Klima. Als Tori wurden verschiedenste Techniken verlangt und als Uke vor allem Falltechniken geprüft. Das Shodan-Diplom wurde von O-Sensei geschrieben und überreicht. Rolf Keiser war so einer der ersten europäischen Dan-Träger.

Mitteilungen aus unserem Club

Trainingsbetrieb allgemein
Bitte haltet euch über unsere Webpage auf dem laufenden:
www.aikikai-zuerich.ch

Sommerferien-Trainings 2020

Aiki-Kai Zürich
Abendtrainings:
Mo und Do, 19:00 - 21:00 h
Mittagstraining:
Mi, 12:00 - 13:15 h
Auch hier: Bitte unsere Webseite checken.

Generalversammlung

Unsere GV im März 2020 mussten wir ja pandemiebedingt absagen. Wir planen, die Generalversammlung 2020 im Herbst nachzuholen. Weitere Informationen dazu folgen.

Gradierungen

Am 2. März 2020 haben Leonardo Pereira und Michael Binder die Prüfung zum 3. Kyu mit Bravour absolviert. Herzliche Gratulation!

CLUB NEWS

Die Situation verändert
sich wegen der Covid-19
Pandemie dynamisch.

Aktuelle Informationen zu
unseren Veranstaltungen
finden sich auf unserer
Homepage:

www.aikikai-zuerich.ch

Nach 1966 begann er das Studium an der Handelshochschule (HSG) in St. Gallen. Er unterrichtete Aikido nur noch an den Wochenenden, verbrachte die Ferien jedoch weiterhin in Tokyo und besuchte das Hombu Dojo, auch nach dem Tod von O-Sensei im Jahr 1969. Die HSG schloss er 1972 mit dem Lizentiat in Betriebswirtschaft ab und ging dann – in seinen eigenen Worten – «ins Business, in den Kapitalismus, zum Geldverdienen». In seinem ersten Job bei Firma Hilti in Schaan FL stieg er bald zum Marketing Manager für den Nahen und Mittleren Osten auf. Er war nun regelmässig und viel auf Reisen im Ausland und hatte keine Zeit mehr fürs Aikido. Mit 27 Jahren hörte er damit auf.



Training im Hombu Dojo ca. 1965



Rolf Keiser und Freddy Jacot,
Zürich, ca. 1965

wichtig wurden und die bis heute sein Leben bestimmen. So kam es denn auch, dass er im Rahmen seiner freiberuflichen Übersetzungstätigkeit intensiv mit spiritueller Literatur und solcher über den tieferen Sinn des Lebens in Berührung kam.

Rolf Keiser ist jetzt 72 Jahre alt, die letzten Jahre waren nicht immer einfach, er hatte gesundheitliche Probleme, gar Nahtoderfahrungen. Diese Erlebnisse vertieften seinen geistigen Weg und verhalfen ihm zu einem tieferen Bewusstsein und zu Einsichten über den Sinn des menschlichen Lebens. Seine regelmässige Gartenarbeit ist für ihn Meditation. Wie die Gärtner früher in Tokyo ist er dann eins mit Garten und Pflanzen als spürbaren Ausdruck von Liebe und Harmonie im Geiste des universellen Ki.

Hans-Jörg Wettstein

(Auf einer Mitgliederliste des Aikido-Club Swissair aus dem Jahr 1966 entdeckte ich die Adresse von Rolf Keiser. Er wohnt heute wieder am selben Ort.

Dieser Bericht basiert auf mehreren Gesprächen mit ihm.)

Aiki-Kai Mitglieder-Info:

Alexander Büchi (AB)
Ehrendingerstrasse 45
5408 Ennetbaden
Tel: 056 210 90 50
alexanderbuechi@bluewin.ch
Nächste Ausgabe erscheint
im November 2020