

INHALT

Erinnerungen eines alten Samurai	7
Der Tod	11
Mut	17
Zen und Schwertkunst	22
Die zwei Wege	25
Eigenständiges Denken	31
Geistiger Fortschritt	43
Das tägliche Leben	45
Shugyō	54
Das Vergleichen	58
Entschlossenheit	61
Entspannung	69
Keiko (Partnerübungen)	73
Das Verhalten im Dōjō	84
Das Dōjō – der Ort des WEGES	91
Das Tao	105
Das Erkennen der eigenen Grenzen	110
Bescheidenheit	117
Schlusswort	120