

Kapitel 1 *Ninjutsu, eine japanische Kunst*

15

- Der Weg des Krieges heißt Überleben 16
- Die Geschichte der *Ninja* 18
- Die Vielfalt des *Ninjutsu* 21
- Das Wissen der *Ninja* umfasste alle Kampfstile 21
- Das Training in *Ninpō* 22
- Die Essenz der *Ninja* 24
- Mündliche Traditionen der *Ninja* 26
- Goton no jutsu* 28
- Nur das aufrichtige Herz kann *Budō* verstehen 29
- Kyojitsu*: Manipulation der Wahrheit 30

Kapitel 2 *Ninpō Taijutsu*

35

- Ninpō Taijutsu* 36
- Der Geist des Kriegers ist ohne Ende 38
- Das Geheimnis des Gewinnens 40
- Kamae* und ihre Formen 44
- Würfe 44
- Der Weg zum *Kobudō* 46

Kapitel 3 Die Kleidung der *Ninja*

89

- Die Kleidung der *Ninja* 90
- Ohne *Yūgen* gibt es kein *Budō* 92

Kapitel 4 **Trainingsmethoden der Ninja** 103

Taijutsu und Ninja 104

Trainingsmethoden: *Roppō Hokō Jutsu*, sechs Arten zu gehen 106

Mit aufrichtigem Herz ist das *Dōjō* überall 106

Die Nahrung der *Ninja* 109

Die Lehre der 33 110

Kapitel 5 **Geheime Lehren des *Ninpō Taijutsu*** 137

Die Philosophie des *Ninjutsu* ist universell 138

Die Wahrheit des Universums durchschauen 142

Kapitel 6 ***Ninpō Taijutsu* in unendlicher Vielfalt** 175

Ninpō Taijutsu ist die Lebenskraft des Menschen 176

Die Essenz von *Budō* 178