

Inhalt

Zur Einführung	9
I. Lebenskraft und Atmosphäre: Die Leitmotive	17
1. Als Himmel und Erde sich trennten	18
a) Pangu, die Flöhe und ein dunkler Ledersack	18
b) Heraus aus dem Chaos und wieder hinein	22
c) Ununterbrochene Kosmogonie	25
2. Eine Welt in Bewegung	29
a) Die Wandlungen des qì 氣	30
b) Göttliche und andere Atmosphären	34
c) Das Resonanzgeschehen in der Welt: gǎn-yīng 感應	38
3. Mikrokosmos Mensch	42
a) Die Menschwerdung des qì 氣	43
b) Körper- und Leibbilder	53
c) Leben und Sterben	63
II. Differenz und Antagonismus: Gefahr für die Ganzheit	69
1. Mensch und Natur	70
a) Wunsch und Klage	71
b) Die Entzauberung der Welt	75
c) Welt und Prinzip lǐ 理	79
2. Die Selbstermächtigung des Herzens	83
a) Die Suche nach dem leeren Herzen	85
b) Das Herz – ein Fürst und Herrscher	87
c) Das gespaltene Herz	93

Inhalt

3. Seele oder Lebenskräfte?	96
a) Die Vielgestaltigkeit von shén 神	97
b) Vergänglich oder unvergänglich	101
c) hún 魂 und pò 魄	103
 III. Körper und Leib: Der Vorrang des gespürten Leibes .	110
1. Wege zum Schönen	111
a) Augen wie Lacktupfen, Hüften wie ein Bündel Seide .	111
b) Qìgōng 氣功 mit dem Pinsel	116
c) Wind und Wasser und die Kunst des Wohnens . . .	123
2. Trinken, Essen, Mann und Frau	131
a) Vom Kornwein zum flüssigen Nephrit	133
b) Aromatische Wolken kitzeln begehrlche Gaumen .	138
c) Das Spiel von Drache und Phönix	145
3. Konzert der Gefühle	152
a) Spontane Gefühle	154
b) Moralische Gefühle	160
c) Der Weg der Mitte	166
 Schlußwort	173

Anhang

Zeittafel	175
Endnoten	176
Literaturhinweise	183
a) Zitierte Literatur	183
b) Weiterführende Literatur	186
Register	189
Verzeichnis der Tabellen und Abbildungen	199