

# Inhaltsverzeichnis

Anmerkungen zur deutschen Ausgabe .....	7
---	---

## Kapitel 1

Innere Alchemie Chinas und daoistische Körperabbildungen bis zur Zeit der <i>Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</i> .....	14
---	----

1. Von der Anatomie zur Konstruktion des daoistischen Körpers:  
Die Zeichnungen vom Meister des Rauchvorhangs (Yānlúozǐ 煙蘿子)  
aus dem 10. Jahrhundert ..... 16
2. Eine Synthese der Zeichnungen Yānlúozǐs: Die Darstellung aus dem  
Kommentar zum *Klassiker der Schwierigkeiten* (*Nánjīng*), Ende 13. Jahrhundert ... 31
3. Der Körper als ein Berg gemäß der Tradition der Kultivierung  
der Vollkommenheit (Xiūzhēn 修真), Anfang 13. Jahrhundert ..... 35
4. Die *Karte der inneren Landschaft* (*Nèijīng tú* 內景圖) vom Tempel der  
Weißen Wolken (Báiyún guān 白雲觀) – 1886 ..... 40

## Kapitel 2

Unterschiedliche Versionen der <i>Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</i> (Xiūzhēn tú 修真圖) .....	45
---	----

1. Die *Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit*  
(Xiūzhēn tú 修真圖) aus Kanton – 1812 ..... 46
2. Die *Vollständige Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit*  
(Xiūzhēn quán tú 修真全圖) aus den Wūdāng-Bergen – 1888 oder 1924 ..... 51
3. *Die Karte der Vollendung des Zinnobers in neun Zyklen*  
(Dānchéng jiǔzhuǎn tú 丹成九轉圖) aus Mòlǐ 莫釐 – 1918 ..... 59
4. Die *vollständige Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit*  
(Xiūzhēn quán tú 修真全圖) aus Chéngdū – 1922 ..... 62
5. Die *Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit* (Xiūzhēn tú 修真圖)  
vom Tempel der Weißen Wolken (Báiyún guān) in Peking, aus Chéngdū  
mitgebracht von Guó Yīchéng 國一澄 ..... 64
6. Die *Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit* im Tempel der Weißen Wolken  
in Peking – 1984 ..... 65
7. *Karten-Talisman der Kultivierung des wahrhaften Ursprungs*  
(Xiūchí zhēnyuán túlù 修持真元圖錄) aus dem Tempel des Tigers und des  
Drachen (Lóngǔ táng 龍虎堂) ..... 68
8. Manuskript mit der *Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit* in Heftform –  
aus einer Privatsammlung ..... 75

## Kapitel 3

<b>Beschreibung der Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</b> .....	90
1. Die piktographischen Elemente und die Inschriften .....	91
1.1 Der Kopf und die Scheibe darüber .....	91
1.2 Die Wirbelsäule .....	96
1.3 Die Nieren und der untere Körperbereich .....	98
1.4 Die Körpermitte und das Abdomen .....	100
1.5 Bildelemente, die um die Darstellung herum angeordnet sind .....	104
1.6 Schriftzeichen, die von einem Kreis umgeben sind .....	104
2. Piktographische Unterschiede zu anderen Körperkarten aus dem <i>Daoistischen Kanon</i> .....	105
3. Die Haupttexte der Darstellung .....	106
3.1 Zwei allgemeine Beschreibungen verschiedener Körperbereiche (Texte 1 und 2) .....	107
3.2 Sechs Texte zu sechs inneren Organen (Texte 3 bis 8) .....	107
3.3 Drei Texte zu den drei Passtoren (Texte 9 bis 11) .....	107
3.4 Text zum Hals (Text 12) .....	108
3.5 Fünf Texte zu den fünf Speicherorganen (Texte 13 bis 17) .....	108
3.6 Text zum unteren Zinnoberfeld (Text 18) .....	108
3.7 Zusätzliche Texte in der Version vom Tempel des Tigers und des Drachen ....	109
4. Liste und Lokalisation der Begriffe in der Karte zur Kultivierung <i>der Vollkommenheit</i> .....	109

## Kapitel 4

<b>Alchemistische Hauptorte des Körpers in der Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</b> .....	116
1. Der mikrokosmische Körper wird zum Athanor .....	117
2. Die wichtigsten Öffnungen und Orte der Umwandlung im Körper .....	121
2.1 Die Hauptöffnungen des Körpers (Text oben links) .....	121
2.2 Hauptorte des Übergangs und der alchemistischen Umwandlung (Text oben rechts) .....	126
3. Die Zinnoberfelder .....	129
3.1 Das untere Zinnoberfeld .....	130
3.2 Das mittlere Zinnoberfeld .....	134
3.3 Das obere Zinnoberfeld .....	134
4. Die drei Passtore des Rückens .....	136
4.1 Das Passtor der unteren Enge ( <i>wěilú guān</i> 尾閭關) .....	136
4.2 Das Passtor, das die Wirbelsäule zusammendrückt ( <i>jiájǐ guān</i> 夾脊關) .....	139
4.3 Das Passtor der Kopfstütze aus Jade ( <i>yúzhěn guān</i> 玉枕關) .....	140

5. Weitere wichtige Körperbereiche .....	141
5.1 Das dunkle Weibliche ( <i>xuánpin</i> 玄牝), Grundlage der Lebenskraft ( <i>mìng</i> 命) ..	141
5.2 Das Lebenstor ( <i>shēngmén</i> 生門) .....	144
5.3 Der Hals .....	145
5.4 Die acht unpaarigen Leitbahnen ( <i>qíjīng bāmài</i> 奇經八脈) .....	146

## Kapitel 5

### Die Welt der Gottheiten im Körper in der *Karte zur Kultivierung*

<i>der Vollkommenheit</i> .....	148
1. Die Höllen .....	151
1.1 Fēngdū 酆都, „Stadt der Fülle“ – die Stadt der Finsternis .....	152
1.2 Die neun oder achtzehn Höllen .....	155
2. Die Paradiese .....	158
2.1 Die neun Feuerhimmel ( <i>jiǔxiāo</i> 九霄) .....	158
2.2 Der Himmel des kosmischen Netzes ( <i>míluó</i> 彌羅) oder Himmel der geheimnisvollen Unermesslichkeit ( <i>xuánqióng</i> 玄瓊) und der Berg Yùjīng 玉京山 .....	160
3. Die Himmelspaläste .....	161
3.1 Der Feuerpalast des zinnoberroten Hügels ( <i>zhūlíng huǒfǔ</i> 朱陵火府) .....	161
3.2 Der Höchste Palast der Helligkeit des Südens ( <i>nánchāng shànggōng</i> 南昌上宮) .....	162
3.3 Der Zinnoberpalast der Geister der Kälte ( <i>hánlíng dāndiàn</i> 寒靈丹殿) .....	163
3.4 Der Palast des Donners und des Blitzes ( <i>léitíng fǔ</i> 雷霆府) .....	163
4. Die schauenden Seelen ( <i>hún</i> 魂) und die vegetativen Seelen ( <i>pò</i> 魄) in der Inneren Alchemie .....	164
5. Die Körpergottheiten gemäß der Tradition der Gelben Halle .....	170
5.1 Die Gelbe Halle ( <i>huángtíng</i> 黃庭) .....	170
5.2 Die Bedeutung der Gallenblase in der Tradition der Gelben Halle .....	172
5.3 Die Tiergestalten der Gottheiten der sechs inneren Organe .....	175
6. Die Körpergottheiten aus der Tradition der Gelben Halle in der <i>Karte zur</i> <i>Kultivierung der Vollkommenheit</i> .....	178
6.1 Die bildlichen Darstellungen der sechs inneren Organe in der Karte .....	181
6.2 Die Texte über die sechs Organe in der Karte .....	186
6.3 Die Gottheiten des Kopfes in der <i>Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</i> ..	192
7. Die Körpergottheiten mit Bezug zur Tradition des Numinosen Juwels und zu den Donnerv Verfahren .....	195
7.1 Gottheiten aus der Tradition des Numinosen Juwels .....	195
7.2 Mit den Donnerv Verfahren verbundene Gottheiten .....	198

## Kapitel 6

<b>Alchemistische Methoden in der Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</b>	203
1. Die drei Etappen des Prozesses	206
1.1 Die Essenz, das Qi und die Seele ( <i>shén</i> )	206
1.2 Der Weg der Umkehrung	207
1.3 Die drei Wagen	214
2. Vereinigung der Gegensätze	219
2.1 Das Feuer des Herzens und das Wasser der Nieren	220
2.2 Das Holz der Leber und das Metall der Lunge	230
2.3 Der Sonnenrabe und die Mondkröte	231
2.4 Der Löffel des Elixiers ( <i>dāoguī</i> 刀圭)	236
3. Die Feuerungsphasen	239
3.1 Der Blasebalg ( <i>tuóyuè</i> 橐籥)	239
3.2 Die Feuerungsphasen ( <i>huǒhóu</i> 火候)	240

## Kapitel 7

<b>Die Donnerverfahren in der Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit</b>	248
1. Mit den Donnerverfahren verbundene daoistische Schulen	248
2. Der Polarstern, Herrscher über Leben und Zeit	251
3. Die Donnerverfahren	254
3.1 Der Donner	254
3.2 Die geheimnisvolle Perle ( <i>xuánzhū</i> 玄珠)	256
3.3 Das himmlische Auge und das Licht der Seele	258
4. Bestandteile der Karte zur Kultivierung der Vollkommenheit, die mit den Rechtmäßigen Verfahren des Himmelsherzens verbunden sind	260
4.1 Das Ahnen-Qi und das Qi der drei Lichter	260
4.2 Die Qi der drei Juwelen	264
4.3 Die Konstellation der Drei Terrassen ( <i>sāntái</i> 三臺)	266
4.4 Die Zerstörung der Höllen	267
<b>Schlussbetrachtung</b>	270
<b>Zeittafel der chinesischen Dynastien</b>	276
<b>Verzeichnis der Abbildungen</b>	277
<b>Bibliographie</b>	283
Abkürzungen	283
I. Primärliteratur	283
II. Sekundärliteratur	290
<b>Index</b>	295