

Inhalt

Vorwort	13
Der Weg eines Künstlers.....	13
Odyssee einer alten Seele	17
Einführung.....	19
Ein »Künstler des Lebens«	19
Teil 1: Kung-Fu	25
1-A Das Dao des Kung-Fu: Eine Studie über den Weg der chinesischen Kampfkunst.....	28
1-B Kung-Fu: Der Kern der asiatischen Kampfkünste	42
1-C Ein Moment des Verstehens	45
1-D Betrachtungen über Kung-Fu.....	49
1-E Grundlagen der Selbstverteidigung	53
1-F Psychologische Aspekte von Verteidigung und Angriff .	57
1-G Zur richtigen Wahl eines Kampfkunstlehrers	59
1-H Die Einheit von Sanftheit und Härte.....	62
1-I Meine Ansicht zu Kung-Fu	64
Teil 2: Philosophie	67
2-A Warum ich Philosophie studiert habe.....	71
2-B Über das menschliche Verständnis	75

2-C Leben: Das Einssein der Dinge.....	77
2-D Die Einheit von Härte und Weichheit.....	82
2-E Daoismus	84
2-F Yin-Yang.....	86
2-G Wu xin (Nicht-Bewusstsein).....	89
2-H Wu wei (Nichthandeln).....	93
2-I Das Loslassen	96
2-J Über die westliche Philosophie.....	97
2-K Platon.....	99
2-L Platons <i>Gorgias</i>	100
2-M Sokrates	102
2-N Das Wesen der Menschheit.....	104
2-O Moralisches Verhalten: relativ versus absolut	105
2-P Objektive und subjektive Urteile	106
2-Q René Descartes	107
2-R Die <i>Meditationen</i> von Descartes.....	108
2-S Descartes – eine Meinung	112
2-T Über das »Cogito« von Descartes	114
2-U »Jede Farbe, die ich will«.....	116
Teil 3: Psychologie	121
3-A Anmerkungen zur Gestalttherapie	124
3-B Die Beziehung des Organismus zu seiner Umgebung..	127
3-C Drei Arten von Philosophie	130
3-D Selbstregulierung und Regulierung von außen	132
3-E Topdog und Underdog.....	134
3-F Vier grundlegende philosophische Ansätze	137
3-G Denken ist Proben	138
3-H Lernen	140
3-I Der Prozess des »Zentrierens«	142
3-J Prozess	143
3-K Der entscheidende Punkt	145
3-L Hesse über Eigensinn	147
3-M Zur Befreiung hin.....	148

Teil 4: Gedichte	149
4-A Regen, schwarze Wolken	153
4-B Am Hügel im Westen hinab	154
4-C Die sinkende Sonne	155
4-D Liebe ist wie eine Freundschaft, die Feuer gefangen hat	156
4-E Wieder halte ich dich in den Armen	157
4-F Alle Flüsse, die nach Osten oder Westen strömen	158
4-G Im Boot auf dem Lake Washington	160
4-H Einen Moment lang	162
4-I Ein Spaziergang am Lake Washington	163
4-J Nachtregen	164
4-K Unser Zusammensein ist wie ein süßer Traum	165
4-L Ringsum ist kein Geräusch	166
4-M Es ist Frühling	168
4-N Was ich sehe	169
4-O Der Kolibri	170
4-P Der Raureif	172
4-Q Das fallende Blatt	173
4-R Obwohl die Nacht geschaffen ist für Liebe	174
4-S The Silent Flute¹	175
4-T Seit du gegangen bist	176
4-U Abschied	179
Teil 5: Jeet Kune Do – Die Befreiung	181
5-A Jeet Kune Do: Der Weg der »abfangenden Faust«	186
5-B Der Weg zur persönlichen Befreiung (Jeet Kune Do I)	189
5-C Der Weg zur persönlichen Befreiung (Jeet Kune Do II)	195
5-D Was Jeet Kune Do nicht ist (Jeet Kune Do III)	203
5-E Der Weg zur persönlichen Befreiung (Jeet Kune Do IV)	216
5-F Der Weg zur persönlichen Befreiung (Jeet Kune Do V)	229

5-G Einseitige Konditionierung (Jeet Kune Do VI)	239
5-H JKD (Jeet Kune Do VII)	249
5-I Der Weg zur persönlichen Befreiung (JKD VIII)	255
5-J Anmerkungen zu Jeet Kune Do	266
5-K Weitere Anmerkungen zu Jeet Kune Do.....	269
5-L Zusätzliche Anmerkungen zu Jeet Kune Do	274
5-M Der höchste Ursprung von Jeet Kune Do.....	278
5-N Das Thema.....	293
5-O Wahre Meisterschaft	296
5-P Kampfkunst	299
5-Q Hindernisse auf dem Weg zum Wissen	301
5-R Eine objektive Bewertung der kämpferischen Fähigkeiten von Bruce Lee.....	303
 Teil 6: Schauspielkunst.....	311
6-A Was genau ist ein Schauspieler?	314
6-B Der Schauspieler als Summe seiner selbst.....	316
6-C Selbstverwirklichung und Verwirklichung des Selbstbilds in der Schauspielkunst	319
6-D Ein Schauspieler sagt seine Meinung	321
 Teil 7: Selbsterkenntnis.....	323
7-A Der erste Aufsatz, den ich in Hongkong schreibe	326
7-B Mein eigener Weg (I)	327
7-C Mein eigener Weg (II)	330
7-D Mein eigener Weg (III)	332
7-E Auf der Suche nach jemand, der echt ist (Mein eigener Weg IV)	334
7-F Mein eigener Weg (V).....	336
7-G Mein eigener Weg (VI)	339
7-H Mein eigener Weg (VII) (Über Selbstverwirklichung)	340
7-I Mein eigener Weg (VIII)	341

Teil 8: Briefe	345
8-A »Der wahre Sinn des Lebens – innerer Frieden«.....	348
8-B »Nutze deine eigene Erfahrung und Vorstellungskraft«	352
8-C »Wer bin ich?«.....	355
8-D »Hürden in Brücken verwandeln«.....	360
8-E »Es kommt allein auf die Einstellung an«	363
8-F »Kunst lebt da, wo absolute Freiheit herrscht«.....	365
Dank	367
Quellen.....	369
Anmerkungen.....	379