

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 Flute ¹	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