

Ulrich Fromme

**Wo nichts ist,
kann auch
nichts werden**



Edition Buddha Bärchi

Wo nichts ist,
kann auch nichts werden

Über die Unmöglichkeit,
das zu werden, was du bist

Für Nanette

*Erreiche den Gipfel der Leere,
bewahre die Fülle der Ruhe,
und alle Dinge werden gedeihen.*
- Kung Fu Tse

Inhalt

Die Suche

Was bedeutet Glück?

Was bedeutet spirituelle Theorie?

Was bedeutet spirituelle Praxis?

Spirituelle Theorie und Praxis

Was ist der Verstand?

Der denkende Verstand

Der arbeitende Verstand

Denken – das Problem aller Probleme

Buddhismus, Daoismus und all die Anderen

Und was heißt *Wuwei*?

Das daoistische Konzept zu *Wuwei*

Taiji

Wuwei

Wuwei und *Youwei*

Qi

Yin- und Yang-Funktionen

Probleme im Üben des *Wuwei*

Gedankenwolken aus der Praxis

Lösungen

The Art of moving and stillness

Samadhi des Handelns

Achtsamkeit

Philosophisches Üben

Objekt und Subjekt

Innen und Außen – geträumte Welten

Wuwei in der Kampfkunst

- Entwicklung
- Ein Problem in der Praxis
- Widerstand
- Meinungslosigkeit
- Meinungen

Die Welt

- Dekonditionierung
- Freiheit
- Selbstregulation
- Schon ein halbes Wort ist eine Lüge
- Erstarrung
- Routine
- Stille und Frieden

Ich

- Was du bist
- Wer bin Ich?
- Hoffnungsträger
- Zeit vergeuden
- Der Sucher sucht überall
- Final Resignation
- Was ist „üben“ oder „praktizieren“?
- Warum überhaupt „üben“?
- Der Sinn von Theorie für die Praxis

Haltungen – die Praxis durch den Körper

- Sitzen
- Stehen
- Liegen
- Entspannung
- Es bringt alles Nichts!

Es ist nie etwas passiert

Stille üben?

Wuwei üben?

Steve McQueen

Buddha

The Robot is dreaming

Psyche

The Walking Dead

Konzentration

Daoistisch – nah an den Tatsachen

Sichtweisen

Projektion

Haben oder Sein

Positive Wirkungen auf die Kommunikation

Wer fühlt sich getrennt vom Körper?

Die unmögliche Praxis des Sterbens

Ist eine Person erschienen?

Willentliche Verwirrung

Wissen

Ein Ziel des *Wuwei*-Übens?

Motive der Praxis

Erlösung

Ver-rückte Ideen

Leichtigkeit

Fang den Ball nicht!

Gläubige Menschen und spirituelle Sucher

Absichtliche spirituelle Demut

Wertvolle Wertlosigkeit

Natürlichkeit

Bildung