

INHALT

Vorwort von Peter Brook	7
Vorwort von Lorna Marshall	9
Yoshi Oida, Einführung	17
1. Der Anfang	23
– Reinigung	23
– Das Auge	27
– Die Nase	29
– Die Ohren	30
– Der Mund	31
– Der Anus	31
Andere Körperteile	33
– Die Wirbelsäule	33
– Das Hara	34
– Die Hand	35
– Letzte Feinheiten	37
2. Bewegung	39
– Stehen	39
– Üben	42
– Die Richtungen	45
– Sitzen	49
– Entspannen	50
– Gehen	52
– Schmecken	57
3. Spielen	59
– Jo, Ha, Kyu	59
– Zeit	62
– Raum	66

– Innen/Außen	71
– Wiederholung	76
– Menschliche Energie	82
– Selbstbeobachtung	88
– Körper und Gefühle	98
– Details	111
– Tai und Yu	117
– Beziehungen zu anderen Schauspielern	119
– Die Beziehung zum Publikum	131
4. Sprechen	136
– Atmen	136
– Ton	146
– Text	154
– Die Wirklichkeit widerspiegeln	160
5. Lernen	170