

INHALT

LAUFEN IST DAS GRÖSSTE 5

VORWORT 6

1 WETTKAMPF 8

- Ist es der Antrieb oder nur ein wenig mehr Atem?

2 ENTSCHEIDUNGEN 26

*- Das Einfache, das Vorhersagbare
und das Unbekannte*

3 FREIHEIT 44

- Aus Spiel wird Ernst

4 BERGAUF 62

- Schwierigkeiten begegnen

5 DEN BODEN KULTIVIEREN 86

*- Über die Liebe zur Erde und die Tugend,
wichtigen Dingen Zeit zu lassen*

6 NATUR 112

- Natürliche Energie für ein natürliches Leben

7 ATMEN 138

- Reisen im Innen und im Außen

8 EWIGKEIT 156

- Und alle ihre Spielarten

BILDNACHWEIS 176