

# 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**