

Inhalt

Kapitel 1

Der ungerade Weg 9

Kapitel 2

Eine Straßenkarte für die Reise 26

Kapitel 3

Manches steht in unserer Macht, anderes nicht 39

Kapitel 4

Im Einklang mit der Natur leben 56

Kapitel 5

Ballspielen mit Sokrates 71

Kapitel 6

Gott oder Atome 87

Kapitel 7

Alles ist eine Frage des Charakters (und der Tugend) 103

Kapitel 8

Ein ausschlaggebendes Wort 117

Kapitel 9

Die Rolle der Vorbilder 131

Kapitel 10

Behinderung und psychische Krankheiten 146

Kapitel 11

Über Tod und Selbstmord 163

Kapitel 12

Vom Umgang mit Zorn, Angst und Einsamkeit 178

Kapitel 13

Liebe und Freundschaft 192

Kapitel 14

Praktische spirituelle Übungen 205

Anhang

Die hellenistischen Schulen der praxisnahen

Philosophie 236

Dank 243

Anmerkungen 245

Sach- und Personenregister 271