

# 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