

# SPIS TREŚCI

|                                         |     |
|-----------------------------------------|-----|
| Prolog .....                            | 5   |
| 1. Filozof jako lekarz .....            | 9   |
| 2. Co masz pod kontrolą? .....          | 21  |
| 3. Problemy z emocjami .....            | 31  |
| 4. Radzić sobie z przeciwnościami ..... | 43  |
| 5. Nasze miejsce w Naturze .....        | 55  |
| 6. Życie i śmierć .....                 | 67  |
| 7. Jak żyć razem .....                  | 79  |
| Epilog .....                            | 91  |
| Dalsze lektury .....                    | 93  |
| Uzupełnienia .....                      | 97  |
| Podziękowania .....                     | 103 |
| Uwagi tłumacza .....                    | 105 |
| O autorze .....                         | 109 |