

# Inhalt

- 1 Worüber wir gebieten und worüber wir nicht gebieten 9
- 2 Begehren und Meiden 11
- 3 Bedenke das eigentliche Wesen der Dinge 12
- 4 Ärger meiden, Haltung bewahren 13
- 5 Die Dinge und die Meinungen darüber sind nicht dasselbe 13
- 6 Falscher und echter Stolz 14
- 7 Der Ruf des Steuermanns 15
- 8 Nicht mein Wille 16
- 9 Kein Hindernis für dich 16
- 10 Gegenkräfte in dir 16
- 11 Es gibt keinen Verlust 17
- 12 Gleichmut hat seinen Preis 18
- 13 Entweder – oder 19
- 14 Falsches und richtiges Wollen 20
- 15 Warte, bis du an die Reihe kommst 21
- 16 Mitleiden, aber mit Vorbehalt 22
- 17 Das Leben ein Schauspiel 23
- 18 Über Vorzeichen 23
- 19 Der Weg zur Freiheit 24
- 20 Beleidigungen treffen dich nicht 24
- 21 Meditatio mortis 25
- 22 Trotze dem Spott 25
- 23 Bleib deiner Maxime treu 26

- 24 Helfen ja, aber nicht um jeden Preis 26  
25 Ehren haben ihren Preis 29  
26 Duldsamkeit – auch wenn es dich trifft 30  
27 Vom Bösen 31  
28 Liefere dich keinem andern aus 31  
29 Bedenke die Voraussetzungen und Folgen 32  
30 Tu immer deine Pflicht 35  
31 Frömmigkeit 36  
32 Missbrauche das Orakel nicht 38  
33 Wichtige Lebensregeln 41  
34 Die Herausforderung sinnlicher Lust 45  
35 Tue recht und fürchte niemanden 45  
36 Übe Zurückhaltung 46  
37 Überfordere dich nicht 46  
38 Hüte dich vor seelischem Schaden 47  
39 Zügle deine Ansprüche 47  
40 Die Ehre der Frauen 48  
41 Körper und Geist 48  
42 Wem Beleidigungen schaden 49  
43 Jedes Ding hat zwei Henkel 50  
44 Fehlschlüsse 50  
45 Urteile nicht voreilig 51  
46 Handeln statt reden 51  
47 Bilde dir nichts ein 52  
48 Kennzeichen eines Fortschreitenden 53  
49 Theorie und Praxis 54  
50 Von der Treue zur Philosophie 55

- 51 Entscheide dich jetzt 56  
52 Das Wichtigste: die Praxis 57  
53 Kernsätze 58
- Nachbemerkung 61