

# Inhalt

## *Dritter Band: Briefe an Lucilius*

### *Erster Teil — Brief 1-81*

Einleitung .....	V
<b>Briefe</b>	
1. Wert der Zeit .....	1
2. Wahl der Lektüre .....	3
3. Vermeintliche und wirkliche Freundschaft .....	4
4. Strebe nach Weisheit als nach dem besten Schutz vor Todesfurcht .....	6
5. Warnung vor bedenklichen Äußerlichkeiten beim Betriebe der Philosophie .....	10
6. Frohes Bewußtsein der eigenen Besserung verbunden mit dem Wunsch gemeinsamen Fortschreitens	13
7. Meide die Ansammlungen der Menge, vor allem die Schaustellungen der Zirkusspiele .....	15
8. Das tätige Leben des Philosophen .....	19
9. Wie verträgt sich die Selbstgenügsamkeit des Weisen mit dem Bedürfnis nach Freunden? .....	22
10. Gefahren der Einsamkeit, die aber für einen Mann wie Lucilius nicht zu befürchten sind .....	29
11. Die unwillkürliche Regung des sittlichen Bewußtseins, die in der Schamröte hervortritt, sollte man dadurch befördern, daß man sich bei allen seinen Handlungen hochachtbare Männer als Zeugen derselben vorstellt .....	31

12.	Richtige Ausnutzung der flüchtigen Zeit .....	34
13.	Laß nie die Furcht vor künftigem Unheil über dich Herr werden .....	38
14.	Trage Sorge für den Körper, aber vor allem für den Geist, um ihn vor den verderblichen Einflüssen des politischen Parteitreibens zu bewahren .....	43
15.	Die wahre Gesundheit und ihre Pflege .....	49
16.	Nutzen der praktischen Philosophie .....	53
17.	Die Sorge um äußere Güter darf kein Hemmnis für das Streben nach Weisheit sein .....	56
18.	Man stürze sich nicht geradezu in den wilden Tau- mel der Volksbelustigungen, ziehe sich aber auch nicht ganz von der Berührung mit dem gemeinen Volk zurück; man lege sich Entbehrungen auf, um dem Schicksal die Gewalt über sich zu entreißen	60
19.	Die Vorzüge eines auf den Staatsdienst verzichten- den Lebens .....	65
20.	Die Aufgabe der praktischen Philosophie .....	69
21.	Äußerer Glanz und innerer Wert gegeneinander abgewogen .....	73
22.	Ratschläge zum baldigsten Aufgeben des Staats- dienstes .....	77
23.	Über die wahre Freude und die Art, sie zu gewin- nen .....	82
24.	Bekämpfung der Furcht vor nahendem Unglück, vor allem vor dem Tode .....	86
25.	Verhalten gegen zwei der Besserung bedürftige Bekannte von verschiedener Sinnesart, nebst Rat- schlägen zur Besserung überhaupt .....	94
26.	Wie Seneca von sich als Greis und von dem nahen- den Tode denkt .....	97
27.	Die wahre Glückseligkeit als Frucht der Tugend	100
28.	Reisen an sich sind kein geeignetes Mittel, das Gemüt zu entlasten .....	103
29.	Wie hat man's mit Marcellinus (einem gemeinsa-	

	men Freund) zu halten, um ihn von seinen Fehlern zu befreien? Ein schwieriges Besserungsproblem .....	106
30.	Gegen die Todesfurcht .....	110
31.	Ermunterung zum weiteren Streben nach der Weisheit als dem höchsten Ziele des Menschen unter Verachtung der gemeinhin geltenden Vorurteile .....	115
32.	Vorzüge eines zurückgezogenen Lebens .....	119
33.	Eigenart der Schriften der Stoiker im Gegensatz namentlich zu Epikur .....	121
34.	Freude über Lucilius' Fortschritte im Streben nach dem Höchsten .....	124
35.	Sittliche Vollkommenheit als Bedingung wahrer Freundschaft .....	126
36.	Wider die Vorurteile der Menge und über die wahre Bedeutung des Todes .....	127
37.	Unverbrüchliche Strenge der sittlichen Anforderungen .....	131
38.	Die zweckmäßigste Art philosophischer Belehrung	133
39.	Philosophische Kompendien nützen weniger als eigentlicher philosophischer Unterricht, der zur Weisheit führt .....	134
40.	Sprich langsam .....	136
41.	Der Gott in uns .....	140
42.	Schwierigkeit der Menschenprüfung, bei der alles auf Erkenntnis des inneren Wertes ankommt ....	143
43.	Lebe so, daß du dich vor der Welt nicht zu verstecken brauchst .....	146
44.	Der wahre Adel .....	148
45.	Urteil über die eigene Schriftstellerei, in der er sich eine gewisse Unabhängigkeit seines Standpunktes gewahrt hat, namentlich gegenüber der Vorliebe mancher Philosophen für sophistische Vexierkunst	150
46.	Lobendes Urteil über eine Schrift des Lucilius .	155

47.	Schonende Behandlung der Sklaven .....	156
48.	Über das Wesen der Freundschaft. Gegen die beliebten sophistischen Spielereien .....	162
49.	Hoher Wert der Zeit, die man nicht durch dialektische Spielereien vergeuden soll .....	166
50.	Segen der Selbsterkenntnis .....	171
51.	Bajä — eine Warnung .....	174
52.	Wer soll uns zum Guten verhelfen? .....	178
53.	Gefährliche Seefahrt mit daran sich knüpfenden Betrachtungen .....	182
54.	Todesgedanken .....	187
55.	Die Villa des Vatia .....	189
56.	Das geräuschvolle Leben in Bajä, das der Weise ertragen, aber für die Dauer nicht wählen wird	193
57.	Die Grotte von Posilippo .....	198
58.	Über das <i>ôv</i> des Platon. Betrachtungen über den Unbestand alles Sichtbaren .....	201
59.	Anerkennendes Urteil über des Lucilius schriftstellerische Leistungen und daran sich knüpfende ethische Betrachtungen .....	212
60.	Verurteilung der maßlosen Begehrlichkeit .....	218
61.	Todesgedanken .....	220
62.	Geschäftstätigkeit ist kein unbedingtes Hindernis für philosophische Studien .....	221
63.	Über die Trauer beim Tod unserer Freunde .....	222
64.	Lob der Schriften des älteren Q. Sextius und der älteren Philosophen .....	226
65.	Über Ursache und Materie. Wert solcher Betrachtungen .....	229
66.	Die Tugend als höchstes Gut auch unter den größten Schmerzen .....	237
67.	Das Wünschenswerte beschränkt sich nicht auf das Erfreuliche .....	253
68.	Die Muße des Weisen .....	258
69.	Warnung vor häufigem Ortswechsel .....	262

70.	Über den freiwilligen Tod .....	263
71.	Die Tugend als höchstes Gut .....	271
72.	Das Streben nach Weisheit hat den Vorrang vor aller Geschäftstätigkeit .....	284
73.	Das Verhältnis des Weisen zu den Staatslenkern	288
74.	Die Tugend als einzig wahres Lebensgut .....	292
75.	Die Redeweise des Philosophierenden soll nichts weiter sein als ein schmuckloses Abbild seiner Gedanken. Leben und Rede sollen in Einklang ste- hen. Niemand ist alsbald ein fertiger Weiser. Die sittliche Bildung erfordert Zeit und hat ihre Stufen	304
76.	Die Tugend als einzig wahres Gut .....	309
77.	Hänge nicht zu sehr am Leben .....	320
78.	Das Verhalten des Weisen gegenüber den Krank- heiten .....	327
79.	Scylla, Charybdis, Aetna als Ausgangspunkte zu Betrachtungen über den Ruhm in seinem Verhält- nis zur Weisheit .....	337
80.	Wichtigkeit der Geistesbildung als Schutz vor fal- scher Furcht .....	342
81.	Über die Dankbarkeit .....	357
	Anmerkungen (zu den Briefen 1-81) .....	357

*Vierter Band: Briefe an Lucilius — Zweiter Teil: Brief 82-124*

Einleitung .....	V	
82.	Bekämpfung der Todesfurcht .....	1
83.	Rechenschaft über sein Tagestreiben, vor allem über seine Lektüre und die dadurch gegebene Anregung zum Nachdenken über mancherlei Dinge und zwar hier über gewisse Mißgriffe der Stoiker und ihrem Beweisverfahren. Ausführliche Kritik ihrer Ansichten über die Trunkenheit .....	10

84.	Wie soll man es mit der Lektüre halten, um sie fruchtbar für sich zu machen? .....	20
85.	Verteidigung der stoischen Lehre, daß der Weise von allen Affekten frei sein müsse .....	24
86.	Die Villa des Scipio, ein Gegenbild zu der Üppigkeit der Gegenwart. Gärtnerische Belehrungen .....	37
87.	Verteidigung stoischer Sätze über Gut und Übel gegen landläufige Einwendungen .....	44
88.	Betrachtungen über den Wert der freien Künste und Wissenschaften .....	56
89.	Von der Einteilung der Philosophie .....	71
90.	Die Leistungen der Philosophie. Eine Berichtigung der Ansicht des Posidonius .....	80
91.	Mahnung zu innerer Gefäßtheit gegenüber auch dem größten Unglück, aus Anlaß der Nachricht von dem Riesenbrand, der das schöne Lugdunum (Lyon), die Heimat des Liberalis, bis auf das letzte Haus vernichtet hat .....	97
92.	Der allein unbedingte Wert der Tugend .....	105
93.	Trostschreiben an Lucilius aus Anlaß des Todes des Philosophen Metronax .....	117
94.	Kritik der Ansicht des Stoikers Ariston von Chios, daß die spezielle, auf Mahnungen im Einzelfall gerichtete Sittenlehre zu verwerfen sei .....	122
95.	Die besondere Sittenlehre ist zwar unentbehrlich, ist aber nur eine Ergänzung der allgemeinen Sittenlehre .....	147
96.	Von dem rechten Verhalten gegenüber eintretenden Widerwärtigkeiten .....	171
97.	Schlechte Menschen wird es immer und überall geben, aber der Strafe wird schließlich niemand entrinnen .....	173
98.	Das Glück hat seinen Rückhalt in anderen als den äußeren Gütern .....	178

99. Trostschreiben an einen Vater, der seinen Sohn in zartem Alter verloren .....	184
100. Über den Stil des Papirius Fabianus .....	194
101. Betrachtungen über den Tod aus Anlaß des plötzlichen Todes des Cornelius Senecio .....	199
102. Ist der Nachruhm ein Gut? .....	204
103. Es ist leichter, sich vor der Tücke des Schicksals zu hüten als vor der der Menschen .....	213
104. Ortsveränderungen können zwar auf den Körper bisweilen wohltuend wirken, uns aber nicht zur Seelenruhe verhelfen, die nur durch ernste innere Arbeit an uns selbst erlangt und durch das Vorbild erhabener Muster uns zu eigen gemacht werden kann .....	215
105. Wie sichert man sich gegen Gefahren von seiten der Menschen? .....	226
106. Das stoische Dogma von der Körperlichkeit aller Güter .....	229
107. Ratschläge zur Bekämpfung von Widerwärtigkeiten .....	232
108. Die rechte Lehr- und Lernweise der Philosophie	235
109. Kann der Weise dem Weisen nützen? .....	248
110. Der Gunst der Götter erfreut sich, wer mit sich selbst versöhnt ist. Dieser innere Frieden aber auch inmitten der härtesten äußeren Bedrängnisse ist eine Gabe der Philosophie .....	254
111. Sophistik und Philosophie .....	260
112. Ein Unverbesserlicher .....	262
113. Widerlegung der stoischen Lehre von den Tugenden als von lebenden Wesen. Unersprießlichkeit dieser Betrachtungsweise .....	263
114. Einfluß der Sitten auf die Schreibart .....	272
115. Warnung vor allzu peinlicher Sorge für Glätte des Stils. Die Hauptsache bleibt immer die Bildung der Seele, die sich in dem Geschriebenen kund gibt	282

116. Die Leidenschaften sind auszutilgen, nicht zu mäßigen .....	288
117. Abweisung der Lehre der Stoiker, daß die Weisheit ein Gut sei, das Weisesein aber nicht .....	291
118. Der Mensch soll sich durch sittliche Bildung unabhängig machen von der Gewalt des Schicksals ..	303
119. Die Kunst reich zu werden .....	309
120. Über den Ursprung der Erkenntnis des Guten und des Sittlichguten .....	314
121. Haben die Tiere ein Bewußtsein ihres Zustandes?	322
122. Die Verwerflichkeit der Nachtschlemmerei .....	330
123. Lob der Genügsamkeit .....	336
124. Sind es die Sinne oder ist es der Verstand, durch den das Gute erfaßt wird? .....	342
Anmerkungen (zu den Briefen 82–124) .....	350