

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	11
Часть I. Дисциплина представления	21
Январь: ясность мышления	22
Февраль: страсти и эмоции	58
Март: осознанность	90
Апрель: непредубежденное мышление	124
Часть II. Дисциплина действия	161
Май: правильное действие	162
Июнь: решение проблем	194
Июль: долг	228
Август: прагматизм	260
Часть III. Дисциплина воли	295
Сентябрь: мужество и жизнестойкость	296
Октябрь: добродетель и доброта	332
Ноябрь: принятие / amor fati	364
Декабрь: размышления о том, что мы смертны	402
Стать стойком	437
Приложение	438
<i>Модель практики позднего стоицизма</i>	440
<i>Глоссарий</i>	441
О переводах, ссылках и источниках, использованных при работе над книгой	460
Что еще почитать?	462