

Nancy Sherman

STOISCHE WEISHEIT

Alte Lektionen für moderne Resilienz

© des Titels »Stoische Weisheit« von Nancy Sherman (ISBN 978-3-65972443-6)
2022 by FinanzBuch Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.finanzbuchverlag.de>

INHALT

<i>Einleitung</i>	Das große Revival des Stoizismus.	11
<i>Lektion 1</i>	Wer waren die Stoiker?	31
<i>Lektion 2</i>	Gelassenheit finden	61
<i>Lektion 3</i>	Die eigenen Emotionen im Griff behalten.	101
<i>Lektion 4</i>	Stoische Standhaftigkeit und Resilienz	133
<i>Lektion 5</i>	Heilung durch Selbstmitgefühl – stoische Krieger	165
<i>Lektion 6</i>	Lifehacks	193
<i>Lektion 7</i>	Die Kunst des stoischen Lebens	225
<i>Lektion 8</i>	Ein gesunder moderner Stoizismus	259
	Danksagungen	275
	Anmerkungen	279
	Literaturempfehlungen	305
	Literaturverzeichnis	306
	Bildnachweise	334
	Stichwort- und Namensverzeichnis	338