

Epiktetos was in de eerste eeuw na Chr. een wijsgeer te Rome. Een leerling componeerde uit Epiktetos' colleges dit zakboekje: wenken voor een juiste houding in uiteenlopende levenssituaties, vanuit de Stoïcijnse traditie. Epiktetos is dankzij dit zakboekje op zijn beurt de drager geworden van deze traditie in later tijd, bijvoorbeeld in het denken van Spinoza, Pascal en Kant.