

Voorwoord	5
Over René Gude	9

Waarom filosofie de meest efficiënte wijze van tobben is en waarom het ons helpt om antwoorden te vinden op drie grote vragen: hoe houden we het met de dingen uit, hoe houden we het met elkaar uit, en hoe houd ik het met mezelf uit?

#### HOE HOUDEN WE HET MET DE DINGEN UIT?

I. Over het wereldbeeld	21
Waarom de grootsheid van het heelal ons niet zoveel angst hoeft aan te jagen.	

#### HOE HOUDEN WE HET MET ELKAAR UIT?

II. Over de mens	31
Waarom taal onze glorie en onze misère is.	
III. Over de ziel	41
Waarom de zin van het leven een zaak van de geest is en waarom de ziel niet zonder lichaam kan.	
IV. Over verandering	47
Waarom wij alles willen veranderen en tegelijk de dingen willen laten zoals ze zijn.	
V. Over de ander	57
Waarom het niet de ander is die jouw leven verziekt, maar jijzelf	
VI. Over de liefde	65
Waarom Romeo & Julia geen geschikt rolmodel zijn.	
VII. Over religie	71
Waarom God net zo'n nuttige uitvinding is als de Olympische Spelen.	
VIII. Over leiderschap	83
Waarom leiders veel van filosofen kunnen leren.	
IX. Over politiek	89
Waarom politici zich allemaal zouden moeten overgeven aan stemmingmakerij.	

#### HOE HOUDEN WE HET MET ONSZELF UIT?

X. Over ambitie	99
Waarom wij altijd maar meer willen en hoe je moet voorkomen dat je ontevreden en gedesillusioneerd eindigt.	
XI. Over leren	107
Waarom wij niet leren van onze fouten.	
XII. Over aardigheid	115
Waarom aardig zijn zo lastig is, en of aardigheid kan samengaan met macht.	
XIII. Over moraal	125
Waarom we ons gedrag niet moeten overlaten aan onze instincten.	
XIV. Over de ondeugden	133
Waarom hoogmoed, afgunst, toorn, luiheid, gierigheid, gulzigheid en onkuisheid niet alleen maar verkeerd zijn.	
XV. Over optimisme	139
Waarom optimisme geen blijde levenshouding is, maar een slimme strategie.	
XVI. Over de dood	149
Waarom het goed is dat we langer sterven.	