

**Jos Kessels**

Das  
Sokrates-  
Prinzip

**Ein philosophischer  
Ideengeber  
zur Lebensgestaltung**

Aus dem Niederländischen  
von Bärbel Jänicke

dtv

# Inhalt

- Einleitung: Schule deinen Geist 9
- Durchdenke deine tragenden Ideen 11
- Folge dem Vorbild von Sokrates 14

## I. **Erkenne dich selbst** 18

- Tu, was du wirklich willst 23
- Wahre deine persönliche Perspektive 26
- Jeder Mensch hat eine besondere Aufgabe 30
- Was wir zu tun haben, haben wir einst selbst gewählt 34
- Alles ist anders, als man denkt 36
- Gib Rechenschaft, erforsche dich selbst 41
- Es gibt unterschiedliche Ebenen des Denkens 44
- Einem Menschen sein Wesen lassen 47
- Das Wichtigste im Leben ist die Sorge um die Seele 50

## II. **Führe gute Gespräche** 54

- Versetze dich in den anderen hinein 57
- Höre auch, was nicht gesagt wird 60
- Es gibt einen Maßstab 64
- Was man weiß, kann man in Worte fassen 67
- Richte deine Aufmerksamkeit auf das entscheidende Detail 69
- Ohne Idee keine Richtung 72
- Sei genau 75
- Zum Nachdenken braucht man Freiraum 79
- Erforsche neben der Sache immer auch dich selbst 81

### **III. Suche das poetische Argument 85**

- Erkenne, was dich berührt 87
- Wähle die Bahn göttlichen Wahnsinns 90
- Ewig geht vor Augenblick 93
- Lernen heißt sich erinnern 96
- Einsicht ist ein Reinigungsritual 98
- Gehe über die Grenzen des Verständlichen hinaus 100
- Sei offen für die große Reglosigkeit 103
- Lerne, ohne Idee zu sein 106
- Sag Wahrheit ganz, doch sag sie schräg 109

### **IV. Steige auf aus der Höhle 113**

- Fasse in Worte, was du zu wissen hoffst 116
- Das Zeitliche ist das bewegte Abbild des Ewigen 118
- Nimm den längeren Weg 122
- Bestimme das Eine in der unbestimmten Zweiheit 124
- Suche die musikalische Definition 128
- Denke reich 130
- Vertiefe deine Erinnerung 132
- It don't mean a thing if it ain't got that swing 136
- Lass dich von den Besten leiten 140

### **V. Schau die tragenden Ideen 143**

- Formuliere die Essenz in ausdrucksvollen Worten 145
- Spiel das Spiel der Ideenlehre 149
- Bilder sind stärker als Begriffe 153
- Konzentriere dich auf die Frage für dich 157
- Übe dich in der Kunst, knapp vorbeizuschauen 160
- Kein Mensch wird frei, der nicht entboten jenseits  
seines Daches 163
- Alles wird anders und bleibt doch gleich 167
- Schönheit ist ein Zeichen des Himmels 173

## **VI. Steige wieder hinab in die Höhle** 176

Verbinde die Teile, zergliedere das Ganze 178

Sei offen für andere Auffassungen 183

Nur wer den Mut hat, seine Grenzen zu überwinden,  
wird an keiner Grenze zugrunde gehen 191

Nimm dich selbst nicht zu ernst 196

Das Eine verlangt eine Wahl 199

Ruhige Klarheit ist die Form 201

Lass es geschehen 204

Wahrheit ist eine Bejahung der Teilhabe 207

Sei sparsam mit Worten 211

## **VII. Schule dich in Liebe** 214

Tu nur, was du tun musst 215

Vertraue deiner Ahnung einer Form 218

Die Welt wird durch Güte zusammengehalten 222

Höre auf deinen »guten Geist« 224

Niemand tut freiwillig Unrecht 227

Nimm die Melancholie des Mangels an 229

Was uns berührt, ist immer eine Form 233

Lügen ist nur etwas für Profis 238

Einem guten Menschen kann nichts Schlechtes  
widerfahren 241

Zum Schluss: Wir sind Sternenstaub 244

Zum weiteren Denken, Sprechen und Lesen 247

Quellen 257

Dank 259