

Presstext

In einer Welt der Beschleunigung und Reizüberflutung lädt *Wege zu sich selbst* zur achtsamen Selbstreflexion ein. Die zeitlosen Gedanken Marc Aurels sind dabei in thematische Kapitel gegliedert – etwa über Vernunft, das gute Leben, Gemeinschaft, Natur, Mitgefühl, Tod und Zeit. So entsteht ein sanfter Zugang zur stoischen Philosophie: Seite für Seite bieten Aphorismen, Denkanstöße und stoische Lebensweisheiten Inspiration für den heutigen Alltag und stärken die eigene Resilienz. Für alle, die Achtsamkeit, Klarheit, Ausgeglichenheit und mentale Stärke suchen: Dieses Buch schenkt keine schnellen Antworten, sondern stille Weisheiten, die nachklingen. Jetzt entdecken und ein Stück zeitlose Lebensphilosophie in den Alltag holen.

James Romm ist Professor für Klassische Philologie am Bard College in Annandale, New York, und Autor mehrerer Bücher zur antiken Welt, darunter *Seneca und der Tyrann: Die Kunst des Mordens an Neros Hof*. Seine Rezensionen und Essays erscheinen regelmäßig im *Wall Street Journal* und in der *London Review of Books*. Er ist Herausgeber der Reihe *Ancient Lives*, die bei der Yale University Press erscheint.

Joanna Lisowiec ist eine mehrfach ausgezeichnete Illustratorin und Designerin. Die gebürtige Polin lebte in den USA und in der Schweiz, bevor sie sich in Yorkshire (Großbritannien) niederließ. Sie ist bekannt für ihren ausdrucksstarken Stil, der sich auf die Schönheit der Natur und folkloristisch inspirierte Erzählungen konzentriert. Sie studierte am Edinburgh College of Art und an der University of Leeds.

KNESEBECK
Das besondere Buch



**Marc Aurel, James Romm (Text)
& Joanna Lisowiec
(Illustrationen)**

Wege zu sich selbst
*Zeitlose Lebensweisheiten von
Marc Aurel für ein gutes Leben
heute*

**Gebunden, 192 Seiten,
Preis € 20,- [D] 20,60 [A]
ISBN 978-3-98962-136-7
Erscheinungstermin 29. Oktober 2026**

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht einer Auswahl freigegebener Pressebilder, aus der Sie im Rahmen einer Rezension wählen können. Bis zu 3 Illustrationen sowie das Buchcover können in diesem Kontext honorarfrei abgebildet werden.