

<i>Introduzione</i>	IX
I. Obbedire al tempo	3
Noi siamo tempo, p. 5 - Il dominio del tempo, p. 8 - Il dominio sul tempo, p. 12 - Il duello col tempo, p. 16 - Il tempio del tempo, p. 20	
II. Seguire il demone	23
Quale Dio, p. 25 - Il Dio del <i>do ut des</i> , p. 27 - «Ognuno segua il suo demone», p. 29	
III. Conoscere se stessi	35
«La vita degna di essere vissuta», p. 37 - <i>Se noscere, se fugere</i> , p. 39 - <i>Tu quis es?</i> , p. 43 - «Che tu non sappia mai chi sei», p. 47 - Un precetto universale, p. 49	
IV. Non eccedere	53
La giusta misura, p. 55 - «Il nome di tutti più bello», p. 57 - Eccesso e moderazione, p. 62 - Il tabù del limite, p. 65 - L'elogio dell' <i>infinitum</i> , p. 67 - Una storia che ci riguarda, p. 70	
V. Conoscere la natura	75
Il quinto precetto, p. 77 - Quale natura, p. 79 - Prometeo sovrano, p. 87 - Socrate necessario, p. 91 - La politica non è un precetto, p. 95	
<i>Congedo</i>	99
<i>Note</i>	107