I quattro temi fondamentali della filosofia di Epitteto:
1) Cose libere e cose servili : distinzione delle cose che dipendono e di quelle che non dipendono dal nostro volere;

2) La tranquillità del saggio e i turbamenti del volgo: danni derivati dalla confusione delle cose libere con quelle servili e vantaggi che si acquistano co il esatto discernimento;

3) Esercizio della volontà per il dominio sulle cose esterne : sforzo necessario per la liberazione dell'anima dagli allettamenti e dai timori della vita sensibile;

4) Esercizio dell'intelletto per scovare la realtà dalle apparenze : lavoro di misura e di verifica sulle proprie rappresentazioni per scoprire, oltre il velo sensibile, l'aspettovero delle cose e l'ordine razionale dell'universo.

Le cose sono di maniere : alcune in nostro potere, altre no. Sono in nostro potere l'opinione, il movimento dell'animo, l'appetizione, l'avversione, in buona sostanza tutte quelle cose che sono nei nostri atti. Non sono in nostro potere il corpo, gli averi, la reputazione, i magistrati .

Le cose poste in nostro potere sono di natura libere, non possono essere impedite. Quelle altre sono deboli, schiave, sottoposte a ricevere impedimento, sono cose altrui:

Orbene se tu riterrai per libere quelle cose che sono di natura schiave, e per proprie quelle che sono altrui, ti capiterà di trovare quando un ostacolo quando un altro, essere afflitto, tirbato, lamentarti degli uomini e degli Dei. Al contrario se tu riterrai proprio tuo se non quello che è tuo veramente, e se penserai che sia di altri quello che è veramente degli altri, nessuno mai ti impedirà o ti obbligherà ,tu non farai torto a nessuno,non avrai nessun nemico, nessuno si porrà contro di te.

Ora se tu sei desideroso di pervenire a questo stato di felicità....segue :)