Prolite – Hidup seringkali memunculkan tantangan yang membuat kita merasa terbebani dan cemas. Dalam suasana seperti ini, filosofi Stoik muncul sebagai pandangan unik yang dapat membantu kita menghadapi segala rintangan hidup dengan lebih tenang dan bijaksana.

Mari kita bersama-sama menjelajahi cara-cara unik ini yang tidak hanya akan membantu kita menghadapi tantangan, tetapi juga membimbing kita untuk menjalani hidup dengan ketenangan dan kebijaksanaan.

Siapkan dirimu untuk menyelami kebijaksanaan kuno yang relevan dalam menghadapi kompleksitas zaman ini!

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Apa Itu Filosofi Stoik?



Ilustrasi meditasi – Freepik

Stoikisme, berasal dari filsuf-filsuf Yunani kuno seperti *Seneca, Epictetus,* dan *Marcus Aurelius*, menekankan pada kontrol diri, penerimaan atas hal-hal yang tidak dapat diubah, dan fokus pada apa yang dapat kita kontrol.



Baca Selanjutnya
Tragis ! 936 PJU Flyover Kopo di Gondol Maling