

EPICTETO

Uma nova interpretação de Sharon Lebell

A ARTE

DE

VIVER

© MANUAL CLÁSSICO

DA VIRTUDE,

FELICIDADE E SABEDORIA



Resumo de A Arte De Viver - Coleção Auto-Estima

Com apaixonada simplicidade, o filósofo Epicteto escreveu o primeiro e mais admirável manual do ocidente sobre como se viver melhor – com maior sabedoria, dignidade e tranqüilidade. Nascido escravo por volta do ano 55 d.C.

no Império Romano, ele se tornou um dos grandes mestres do Estoicismo e dedicou sua vida a responder a duas questões fundamentais: 'Como viver uma vida plena e feliz?' e 'Como ser uma pessoa com boas qualidades morais?'. Epicteto acreditava que a meta principal da filosofia é ajudar as pessoas comuns a enfrentar positivamente os desafios cotidianos e a lidar com as inevitáveis perdas, decepções e mágoas da vida.

A arte de viver prega a liberdade e a tranqüilidade interiores, e demonstra que virtude e felicidade são estados estreitamente relacionados. Os 93 pensamentos precisos reunidos neste livro trazem a essência de uma filosofia cujos méritos foram comprovados pelo tempo e cuja recompensa é um inabalável e lúcido contentamento.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)