NOORDBOEK

JOS STOLLMAN

# De Zen van het leven

*Oefeningen voor het pad van Zen*




Dit boek is de vrucht van zentrainingen die schrijver Jos Stollman jarenlang verzorgde. Het biedt een eerste kennismaking met zenmeditatie, maar reikt daar ook ver voorbij. Er wordt een brug geslagen tussen de traditie van Zen en het christendom, want naast de vele verhalen uit de rijke zenliteratuur komen de teksten van Jezus aan bod. Met name het Thomasevangelie ademt volop de geest van Zen.

Zen moet gestalte krijgen in het dagelijks leven. Je wordt daarom meegenomen in aandachtsoefeningen die ingaan op de vele aspecten van het dagelijks leven. Het is een prachtige en veelzijdige gids om mindful te leven en de waarde en zin van het bestaan te leren ervaren. Het kan voor velen die al langer met de weg van Zen vertrouwd zijn, nieuwe inspiratie geven.

Jos Stollman studeerde wis-, natuur- en sterrenkunde in Utrecht en maakte daarnaast uitgebreid studie van het vroege christendom en met name het Evangelie van Thomas, waarover hij eerder De historische Jezus publiceerde.

Een heruitgave van een klassieker

***JOS STOLLMAN:*** *Jos Stollman (1953) studeerde theoretische sterrenkunde en specialiseerde zich in het onderwerp Zwarte Gaten, waarover hij een reeks artikelen publiceerde in het sterrenkundige tijdschrift Zenit. Daarnaast volgde hij een opleiding tot yogaleraar, maakte hij studie van zen (bij Ton Lathouwers en Maarten Houtman) en van de mystieke spiritualiteit van het Christendom.*

### Titelinformatie

**Rubriek:** Filosofie, Lifestyle, Psychologie

**Titel:** De Zen van het leven
**Prijs:** €19,90
**Aantal pagina's:** 140
**Bindwijze:** Paperback
**ISBN:** 9789464714807

**BESTEL VIA DE WEBSITE OF VIA DE QR CODE**
**(OOK VERKRIJGBAAR IN DE BOEKHANDEL)**

Uitgeverij Noordboek
Hellingbaas 1
8401 JH Gorredijk

Tel. 0031 (0)513 490 319
E-mail: info@noordboek.nl
Internet: noordboek.nl

Bluesky: bsky.app/profile/uitgeverijnb-sdv.bsky.social
FB: facebook.com/UitgeverijNBSDV/
IG: instagram.com/uitgeverij_nbsdv/