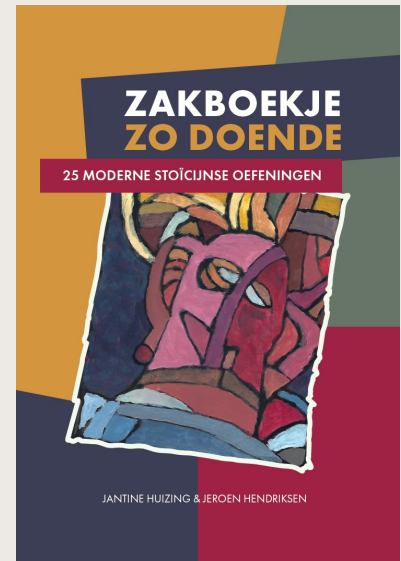


Zakboekje Zo Doende

25 moderne stoïcijnse oefeningen

Bij de stoïcijnse levenskunst handelt het niet alleen om kennis, maar vooral om wat je ermee doet. Het doel van het stoïcisme is je eigen karakter te verbeteren door te handelen te midden van een uitdagende wereld. De weg die jij aflegt om een 'goed leven' te leiden en gelukkig te worden staat centraal. Het is een praktische filosofie: je moet je voornemens iedere dag toepassen, zeggen de stoïcijnen. Het is net als met het lopen van een marathon: je moet iedere dag oefenen. Alleen door oefenen, oefenen, oefenen haal je de eindstreep.

De stoïcijnse oefeningen in dit Zakboekje helpen je de wereld van de stoïcijnen concreet te maken. Door heldere oefeningen, stap voor stap uitgelegd. En door te reflecteren op je vragen, problemen en oplossingen, in dit Zakboekje het Marcus Aurelius momentje genoemd. En niet zomaar een keertje, nee, als een echte moderne stoïcijn in opleiding doe je dat regelmatig, iedere dag, iedere week. Zo doende!

**ISBN:**

9789078876601

Auteurs:

Jeroen Hendriksen, Jantine Huizing

Prijs:

€ 24,50

Meer info:swpbook.com/2882