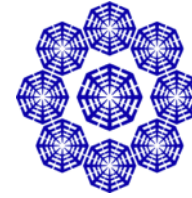




Zen.nl Nieuwsbrief

Nummer 10
24 augustus 2012



Multitasken geeft fouten en maakt langzamer.
Wetenschap bewijst tegenwoordig regelmatig oude wijsheden. In de zen traditie legt men zich al eeuwen toe op aandachtstraining en focus. Nu wijst onderzoek van de universiteit van Groningen aan, dat dit vaak het slimste en beste is. Ons werkgeheugen kan slechts één element tegelijk bevatten. Als we meer elementen moeten onthouden, slaan we die op in ons langetermijngeheugen. Met als gevolg dat het terughalen van die informatie meer tijd kost en leidt tot meer fouten. Dat concludeert Jelmer Borst uit zijn onderzoek naar multitasken, aldus de website van de Rijksuniversiteit Groningen.

Nieuwe Zen.nl Vestigingen in Wijchen

Ellen Eggerdink (foto rechts) start komend weekend met Zen.nl Wijchen. Ze begint aanstaande zondag met het houden van gratis proeflessen. Zie voor meer info op:

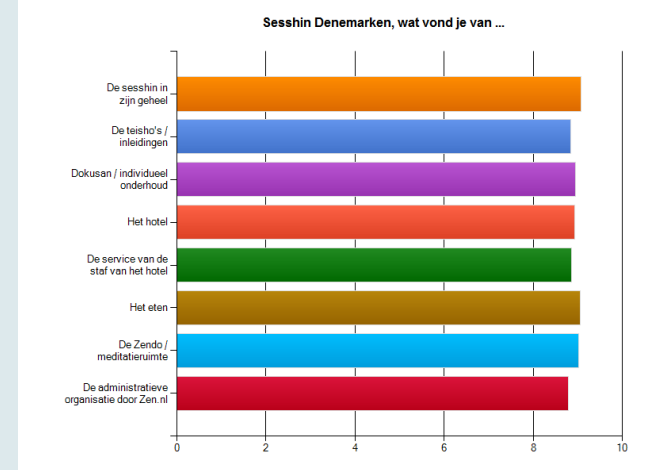
www.zen.nl/wijchen

Open dagen en Gratis proeflessen

Komend weekend worden op veel plaatsen in het land de gratis proeflessen gegeven. De meeste worden gegeven op zaterdag en zondag 25 en 26 aug. Zie per locatie naar de precieze data en tijden en kom samen met geïnteresseerde vrienden en familie langs. Zie: www.zen.nl



Foto dinsdag jl. / Zenfilosofie zomercursus Nijmegen, vandaag, vrijdag 24 aug: prof. dr. André vd Braak over Zen en Nietzsche



De sesshin in Denemarken van begin deze maand is zeer goed geëvalueerd, met een totaal gemiddelde van een 9. De thema's voor de sesshins volgend jaar
Januari : Goed omgaan met je energie
Juli : Vorm en inhoud geven aan je leven
Augustus : Informatie interactie in doen en laten
De nieuwe data voor de drie sesshins volgend jaar zijn inmiddels gepland en plaatsreservering is mogelijk via:

zen.n/sesshins