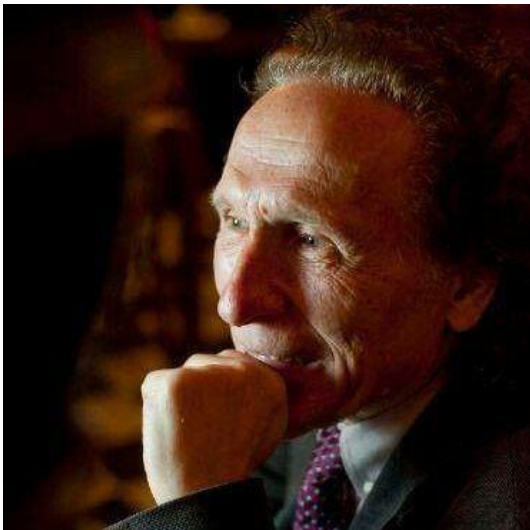




Academie voor levenskunst
Beste lezer van deze nieuwsbrief

Impressies Dag van het Geluk **8 april 2023**

[Programma en reflecties](#)



De 15e Dag van het Geluk - 8 april 2023 - ligt inmiddels achter ons.

Met dankbaarheid kunnen we zeggen dat het een bijzonder geslaagde editie was.

Dank aan iedereen die heeft meegewerkt en het talrijke publiek dat aanwezig was. [Bekijk hier het programma van de laatste editie.](#)

ROB tv was ook aanwezig en maakte deze [impressie van de dag.](#)

Bekijk hier een uitgebreidere visuele samenvatting van de [Dag van het Geluk 2023.](#)

Dat de dag gesmaakt werd, vernamen we via de feedback. Enkele impressies kan je hier lezen:

- Ik voelde mij de koning te rijk in die mooie gebouwen met zoveel mooie mensen en zo een krachtig en prachtig aanbod! Dank!
- Mooi dat ook Jeanne Devos even het woord kreeg en dat jullie de opbrengst al jaren aan dit goeie doel schenken!
- Super! Knap werk! Bedankt voor de fijne attentie op het einde van de dag
Het waren 2 sprekers die al lang met meerdere boeken op mijn lijstje staan om te lezen. De extra duw is door jullie en uiteraard de sprekers gegeven.
Heel erg bedankt voor iedereen van de organisatie!
- Een aanrader voor iedereen die wil groeien. Elke keer weer rijden we weer een stukje " rijker" naar huis. Een heuse vitaminebom.
- Dat hier lezingen gegeven worden in duidelijke, ontvankelijke taal waarbij het geluk op vele manieren gedefinieerd wordt , langs verschillende invalshoeken. Dat er een sfeer van vrede hangt. Dat er een mini-boekenbeurs staat met schitterende lectuur over vrede, geluk, boeddhisme, meditatie, ...
- Laat je inspireren tot een gelukkiger leven indien je dat wenst . Het zorgt voor mij alvast voor een bewuster leven , een bewuster graag zien en meer dankbaarheid voor wat is .
- Inspirerende dag die aanzet tot reflectie, het opnemen van verantwoordelijkheid voor je eigen geluk.
- Elk jaar te beleven op een vaste dag, boeiend en interessant voor iedereen, gevarieerd aanbod van lezingen, muziek en theater, betaalbaar, prachtig kader van de universiteitsruimten, een rustig, kwaliteitsvol en hoogstaand gebeuren, alles is tot in de puntjes geregeld tot en met de receptie op het eind van de dag.
- ...

Tevens dank aan iedereen die ons interessante sprekers en suggesties heeft aangereikt voor de volgende editie: **zaterdag 13 april 2024**, in de Promotiezaal van de KU Leuven. We wensen spoedig een uitgebreidere fotoreeks en een opname te publiceren op de website.



Van harte welkom op onze activiteiten in 2023 en 2024

www.academievoorlevenskunst.be

Gerbert Bakx en de medewerkers van onze Academie voor Levenskunst

Volgende activiteiten van de Academie

- lezingenreeks: [Depressie en Empowerment: reeds gestart](#)
- lezingenreeks: [Boeddhistische Levenskunst](#)
- extra activiteiten: [zomerreis](#), [ontmoetingsdag Integratiegroep](#), [Socratisch Café](#)



Lezing over

Depressie en Empowerment

Drie lezingen: 25 april/2 en 9 mei 2023

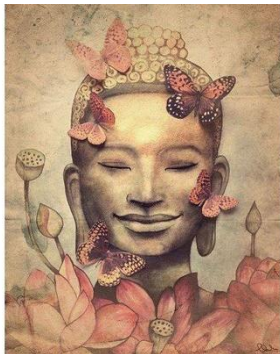
Deelnamedprijs: € 30 voor de reeks van 3 lezingen,
telkens van 19.30 tot 21.30 uur

opnames inbegrepen

Info en inschrijven: [Kijk hier](#)

De cijfers voor depressie, levensmoeheid, burn-out en zelfdoding blijven maar stijgen. We lezen of we ervaren dat het voor veel mensen een moeilijke tijd is mede door allerlei crises. Jongeren hebben meer stress, vaker last van depressie en kunnen meer te maken krijgen met problemen of gevaarlijke situaties thuis. Ook ouderen kunnen eenzamer worden en psychische klachten ontwikkelen.

[Lees meer](#)



‘Boeddhistische levenskunst’

Drie lezingen: 23 en 30 mei/6 juni 2023

Deelnamedprijs: € 30 voor de reeks van 3 lezingen
telkens van 19.30 tot 21.30 uur

Opnames inbegrepen

Info en inschrijven: [Kijk hier](#)

Het **boeddhisme** is een van de grote wijsheidsstelsels van de mensheid, naast bv. het Christendom. Ontstaan uit het hindoeïsme en bevrucht door het Chinese en het Japanse denken, heeft het zich geleidelijk over de gehele oosterse wereld verspreid. Er zijn echter ook duidelijke gelijkenissen met de Westerse filosofie, niet alleen met de antieke Griekse filosofie en het stoïcisme, maar ook met meer moderne denkers als Schopenhauer en

Heidegger. Het boeddhisme is geen godsdienst in de traditionele betekenis. Het kent namelijk geen god en geen eredienst en er zijn geen geloofspunten of dogma's. Het is veel meer een levensbeschouwing, een existentiële filosofie gericht op het begrijpen en het verminderen van het lijden en het vergroten van het geluk. In die zin is het dan ook veel meer een humanisme, een levensfilosofie, een ultieme levenskunst. Het boeddhisme zet zich dan ook nergens tegen af en staat open voor elke religieuze of filosofische overtuiging en voor alle wetenschappelijke onderzoek. Het is een uitnodiging tot bewustwording en tot zelfstandig en volwassen denken. De Boeddha is zonder meer de ultieme supertherapeut voor de gestresseerde en de door depressie en burn-out bedreigde moderne mens.

In deze lezingen wordt ook dieper ingegaan op de filosofische en spirituele achtergrond van mindfulness.

[Lees meer](#)

Even herinneren en vooruit kijken:

- ***Socratisch café:*** eerste maandag van de maand: voor iedereen die de lezingenreeks 'De Strategie van het Geluk' heeft gevolgd.
Aanmelden kan [hier!](#)
- ***Bezoek de Stiltetuin in Halen: 7 mei 2023***
Meer info vind je [hier](#)
- ***Ontmoetingsdag 17 juni te Halen in de Stiltetuin:***
uitsluitend voor deelnemers aan het Integratietraject Gelukkiger Leven
Wil je nog aansluiten bij deze reflectiegroepen? Dat kan!
Informatie vind je op [deze pagina](#) en dan kan je je [hier aanmelden](#).
- ***Het zomerseminar van 8 tot 15 juli in Béduer is volzet:***
inschrijven op [de wachtlijst](#) kan nog!

Onze volledige agenda vind je hier:

academievoorlevenskunst.be/agenda-academie

Je kan ons ook volgen op Facebook:

[Academie voor Levenskunst](#)

[Persoonlijke facebookpagina van Gerbert Bakx](#)

U ontvangt deze mail omdat u al hebt deelgenomen aan een activiteit van de Academie voor Levenskunst of omdat u zich als geïnteresseerd hebt aangemeld. In overeenstemming met de wet op de privacy gebruiken wij uw contactgegevens uitsluitend om u op de hoogte te houden van onze activiteiten.

Uw gegevens worden in geen enkel geval aan derden doorgegeven.

Wenst u deze nieuwsbrief niet langer te ontvangen of is uw adres ten onrechte in ons bestand terechtgekomen? Klik [hier](#) om onmiddellijk uit het bestand verwijderd te worden.

Wilt u zich inschrijven op onze nieuwsbrief of kent u mensen die ook graag geïnformeerd worden over onze activiteiten? Klik [hier](#) om aan te melden.

De vzw Academie voor Levenskunst is een non-profit organisatie zonder enig winstoogmerk en zonder enige structurele subsidie. De organisatie is volkomen onafhankelijk en vrij van enige binding aan politieke, religieuze, filosofische, commerciële, financiële of andere belangen.

Meer informatie op de website www.academievoorlevenskunst.be.



This email was sent to miajansen@skynet.be
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)
Lynn De Backer · Einde Were 105 · Gent 9000 · Belgium

Grow your business with  mailchimp



Virusvrij. www.avg.com