

## Themadag "Geluk" met Anneke Breedveld en Bianca Vermeij

### Zaterdag 4 februari

Iedereen wil gelukkig zijn, dat is een natuurlijk verlangen. Maar wat is geluk? Is dat genot, rijkdom, aanzien, gezondheid of kun je dan evengoed ongelukkig zijn? Reikt geluk verder? De Boeddha zei hierover: "Er is geen weg naar geluk, geluk is de weg."

We gaan vanuit de Boeddhistische teksten en psychologie kijken naar de opvattingen over geluk en de vele adviezen die de Boeddha gaf over geluk en wat gelukkig maakt. Hoeveel waarde hebben die adviezen van lang geleden voor ons geluk vandaag? Het bijzondere is dat de moderne psychologie deze adviezen van de Boeddha ook ontdekt en meer en meer onderschrijft. Ook daarover zullen we het hebben. We gaan kijken naar wat ons helpt om werkelijk gelukkig te zijn.

Een dag met korte inleiding(en), meditatie en uitwisseling.

#### Praktische informatie

**Datum:** zaterdag 4 februari van 10.00 tot 15.30 uur (voor koffie en thee wordt gezorgd, zelf lunch meenemen).

**Begeleiding:** [Bianca Vermeij](#) en [Anneke Breedveld](#)

**Locatie:** Zoetestraat 5, Haarlem

**Kosten:** € 15 (dit is exclusief [dana](#) voor de begeleiding)

Klik voor het [aanmeldformulier](#)