

Inleiding bij de eerste lezing

Gelukkig worden in 5 minuten

Epicurus' hedonistische visie op geluk

'Wanneer we dus beweren **dat genot het einde is**, zijn daarmee **niet** de genietingen van losgeslagen mensen en de genietingen die in wellust gelegen zijn bedoeld, zoals sommige mensen denken omdat ze van niets weten, het ermee oneens zijn of het kwaadwillend uitleggen.

We bedoelen ermee: **een lichaam zonder pijn en een geest zonder onrust hebben.'**

BEHOEFTE-MANAGEMENT

Natuurlijk

Noodzakelijk

Natuurlijk

Niet-noodzakelijk

Niet-natuurlijk

Niet-noodzakelijk

Filosofie als angst-management

Natuurlijk

Noodzakelijk

Eten, drinken, bescherming

Vrijheid

Vrienden

Inzicht

4. Het goede is eenvoudig te realiseren.

Met Epicurus in 1 klap van uw doodsangst af...

‘De dood, de meest vreselijke van alle kwaden, betekent daarom niets voor ons als we inzien dat als wij er zijn, de dood nog niet gekomen is, en als de dood gekomen is, we er niet meer zijn.

De dood betekent niets, noch voor de levenden noch voor de doden, want de levenden zijn niet dood en de doden bestaan niet meer.’

Tot zover de dood. **Prof. Gerrit Glas**
vertelt u wat u met uw overige
bestaansangsten moet doen!

Inleiding bij de tweede lezing

Menno's kleine angstjes

‘Omdat het zo voelt...

Een experimentele manipulatie van
emotioneel redeneren bij spinangstigen.’

Inleiding bij de derde lezing

Over de **vergeefsheid, troosteloosheid & gemeenheid** van mindfulness, time-management en coachingstrajecten.

Moderne imperatieven...

Claim je recht op geluk!

Ontplooij jezelf!

Wees uniek en authentiek!

...

Moderne imperatieven...

leiden tot ...

- moderne bestaansangsten...
- 'vrijwillige' drang tot prestatie-maximalisatie...

Moderne imperatieven...

leiden tot...

simultaan dader- en slachtofferschap

- Je falen duidt op een **fataal tekort**.
- Jij bent **als enige verantwoordelijk**.
- **Geen nieuwe start**: geen vrijspraak, geen kwijtschelding, geen vergeving.

**Zal onze middelmatigheid als een
vloek op onze schouders blijven
rusten?**

Verlos ons, oh Evelien Brouwers!