

# Geven zonder jezelf weg te geven

## Dag over naastenliefde en (zelf)compassie



Het christelijke ideaal van naastenliefde heeft door de eeuwen heen talloze mensen geïnspireerd om het beste van zichzelf te geven in de zorg naar anderen toe. Maar werd deze mooie onbaatzuchtige liefde vaak niet verkeerd begrepen als jezelf wegcijferen? En hebben we daar allen niet vroeg of laat last van?

Nochtans, Jezus zei het zelf al: "Heb je naaste lief zoals jezelf". Leert het christendom ons voldoende om ook van onszelf te houden of hebben we daar het boeddhisme als bijkomende inspiratiebron bij nodig?

In een vaak geciteerde uitspraak zegt de Boeddha dat je het hele universum kan afzoeken maar niemand zal vinden die je dierbaarder is dan jezelf. En geeft de boeddhistische meditatie op liefdevolle vriendelijkheid al niet aan dat we daarbij met onszelf moeten beginnen?

Tijdens deze dag gaan filosofe, Ilse Bulhof, en filosofe en compassietrainer, Hilde Debacker, met elkaar en met de deelnemers in gesprek hierover. Samen wordt onderzocht hoe de idealen van naastenliefde en (zelf)compassie kunnen ingezet worden op een manier die heilzaam is voor de ander én voor onszelf.

### Waar?

In het Graalhuis,  
Nieuwegracht 51 in Utrecht.

### Wanneer?

Zaterdag 21 februari.  
Van 10.00 - 15.00 uur.  
Onthaal vanaf 9.30 uur.

Aansluitend (facultatief) bezoek aan tentoonstelling 'Ik geef om jou' in nabijgelegen Catharijneconvent.

### Kosten

€25,- inclusief lunch,  
(exclusief toegang  
tentoonstelling).

### Sprekers

Ilse Bulhof (1932) was tot haar emeritaat in 1997 hoogleraar wijsbegeerte. Ze is op dit moment vooral geïnteresseerd in de relatie tussen filosofie en spiritualiteit.

Hilde Debacker (1972) is filosofe met een levendige interesse voor religie en spiritualiteit. Ze is tevens sacrale dansdocente en compassietrainer en heeft een hart voor alles wat mensen beweegt en verbindt.

### Contact

Inschrijven tot 18 februari  
bij het Graalsecretariaat  
degraal@planet.nl.

Voor vragen of meer informatie,  
neem gerust contact op met  
mij: 06-49.81.02.99  
of hilde@masoka.nl