

# Symposium 'Levenskunst op leeftijd'

# Levenskunst en het Socratisch Café

Erik Boers, Socratisch Café Eindhoven

Socrates (ca. 400 v Chr): “Een niet onderzocht  
leven is de moeite van het leven niet waard”



Socratisch Café: zelf en met anderen nadenken  
over een fundamenteel thema: vertrouwen,  
identiteit, gastvrijheid, waarheid, woede,  
normaal ...

Elke maand, 2,5 uur, groep van ca. 12,  
verschillende locaties Vitalis,  
leeftijd deelnemers tussen 75 en 100

Ervaringen: verrassend, interessant,  
geestverruimend, verrijkend, gezellig, steeds  
leuker omdat je elkaar ook op een andere  
manier leert kennen

Stappen in het gesprek:  
thema,  
vraag,  
persoonlijk voorbeeld,  
verplaatsen,  
essentie,  
onderliggende beginselen/waarden

Niets zo kwetsbaar als een goed gesprek:

Streng in de vorm,  
vrij in de inhoud.



Socratische houding:

vroedvrouw, horzel, sidderrog

Levenskunst:

Zonder (goed) gesprek geen leven

Kunst van spreken, zwijgen, redeneren,  
luisteren, vragenstellen, inleven

(Eigen)wijsheid delen