




*OM NIET TE VERGETEN*

JE MAG GERUST VAN MENING  
OF VAN PLAN VERANDEREN.  
JE HOEFT NIET ALTIJD  
GELUKKIG TE ZIJN.  
EMOTIES TONEN IS GEZOND.  
AUTHENTIEK IS BETER  
DAN PERFECT.  
JE BENT GOED PRECIES  
ZOALS JE BENT.



**VRIJDAG 20**  
**JANUARI**




MOMENT NA MOMENT  
ONTSTAAT ALLES  
UIT HET NIETS.  
DIT IS DE WARE  
LEVENSVREUGDE.

*Shunryu Suzuki*



**WOENSDAG 22**  
FEBRUARI



BEHANDEL BODHISATTVA'S  
MET HETZELFDE RESPECT  
ALS BOEDDHA. AANGEZIEN  
WE NIET WETEN WIE WEL  
OF NIET EEN BODHISSATVA  
IS, MOETEN WE ALLE WEZENS  
MET RESPECT BEHANDELEN.  
PLAATS IN DE REGEL  
ANDEREN BOVEN JEZELF.

*Dalai Lama*



**MAANDAG 3**  
**APRIL**




LAAT KOMEN WAT KOMT.  
LAAT GAAN WAT GAAT.  
ZIE WAT OVERBLIJFT.

*Ramana Maharshi*



**DINSDAG 2**  
**MEI**




HET IS NIET MOEILIK  
OM IETS TE WETEN.  
HET MOEILIJKE IS: TE  
WETEN WAT JE MET DIE  
KENNIS MOET DOEN.

*Han Fei*



**MAANDAG 5**  
**JUNI**



DANKBAARHEID  
VOORAF IS DE GROOTSTE  
SCHEPPENDE KRACHT  
IN HET UNIVERSUM.

*Neale Donald Walsch*




**DINSDAG 11**  
**JULI**



GELUK IS GEEN  
BESTEMMING, HET IS EEN  
MANIER VAN LEVEN.



**DONDERDAG 17**  
**AUGUSTUS**




LOSLATEN BETEKENT  
TIJDELIJK HET  
HOUVAST VERLIEZEN.  
NIET LOSLATEN BETEKENT  
VOOR ALTIJD HET  
HOUVAST VERLIEZEN.

*Søren Kierkegaard*



**WOENSDAG 29**  
**NOVEMBER**






KLEINE DINGEN  
GOED DOEN IS EEN STAP  
OM GROTE DINGEN  
BETER TE DOEN.

*Vincent van Gogh*



**VRIJDAG 8  
DECEMBER**



ALLE SENSATIES - PLEZIERIG,  
ONPLEZIERIG OF ONVERSCHILLIG -  
ZIJN VAN VOORBIJGAANDE AARD,  
ZIJN GEVOLG VAN OORZAKEN, ONTSTAAN  
DOOR AFHANKELIJKHEID, ZIJN TEN PROOI  
AAN VERVAL, VERLIES, UITWISSING EN  
BEËINDIGING. TERWIJL MEN DE PLEZIERIGE  
SENSATIE ERVAART, DENKT MEN TEN  
ONRECHTE DAT EEN ZEKER 'IK' DIE  
ERVAART. EN NA HET STOPPEN VAN  
DEZELFDE PLEZIERIGE SENSATIE DENKT  
MEN TEN ONRECHTE DAT DATZELFDE  
'IK' DIE NIET MEER ERVAART.

*oude boeddhistische bron*



**WOENSDAG 27**  
**DECEMBER**