

# **zin-zoeking**

## **7 Tips**

### **om te**

### **leven**




A surreal landscape featuring a person walking on a path of stone steps that curve through the air. The path starts on a rocky outcrop in the foreground, goes up, then curves horizontally through the air, and then goes up again to a higher level. The background is a dramatic, cloudy sky with light breaking through. A large green heart is overlaid on the left side of the image.


**Op weg naar  
verzoening**

**Waar ik  
voor wegloop,  
waar ik  
naar verlang,  
allebei zijn  
in mij.**

**Beide zijn  
deel van mij,  
horen bij mij.  
Ik accepteer!**


A photograph of a sunset over a dark, silhouetted landscape. The sun is a bright white circle on the horizon, and the sky is a deep orange-brown. The foreground is dark, with some faint outlines of hills or mountains.

**In mij  
een ruimte  
vrij van woede,  
angst,  
teleurstellingen.**

A photograph of a man and a woman walking away from the camera on a dirt path that winds through rolling green and yellow hills. In the background, a valley with fields and small buildings is visible under a blue sky with scattered white clouds. A large, white, heart-shaped graphic is overlaid on the top left of the image, containing text.

**Hier ben ik  
heel, gaaf, mild,  
barmhartig**

**In alle rust mijn onrust onder ogen zien,  
oorzaken zonder oordelen bekijken.  
Onrust heeft betekenis, toont mij mijn machteloosheid.  
Mij hiermee verzoenen,  
geeft ruimte voor zuivering, innerlijke helderheid, diepe vrede.**



**Ik ontdek  
mijn ware  
gezicht**



**Niet langer  
grijp ik  
naar lucht**



**Geen gebalde vuisten, tanden op elkaar.  
Lucht laat zich niet vasthouden.  
In mijn geopende hand kan rust wonen.**



**Stilte zoek ik.  
Veranderen, groeien  
heeft de bescherming  
van stilte nodig.  
Hier  
kan ik loslaten,  
een andere grond  
in mijzelf ontdekken.**

**Wat groeit,  
maakt weinig  
lawaai**





*alleen door het licht kan ik de duisternis zien*

**Nu wil ik  
opstaan  
uit het donker  
naar het licht,  
uit benauwdheid  
de ruimte in.  
Na het kruis  
volgt  
de opstanding.**



**Leven:  
het gaan  
van een labyrint.  
Wat dwaalspoor  
leek, blijkt  
voorwaarde  
voor verandering...**



**Kanaalboulevard 24,  
5705 KR Helmond  
0493 - 389 672**

**[info@aandachtswegen.nl](mailto:info@aandachtswegen.nl)  
[www.aandachtswegen.nl](http://www.aandachtswegen.nl)**

