

Bewustzijn is transpersoonlijk.  
-Jan Bommerez



Door liefde altijd te beschouwen als iets wat je doet in plaats van als iets wat je voelt, zal iedereen die het woord op die manier gebruikt, zich automatisch verantwoordelijk voelen om zich ervoor in te zetten.  
-Bell Hooks

Zelfkennis opdoen is waardevol, maar alleen als je daarbij aardig en mild voor jezelf bent.  
-Brené Brown

Licht ontstaat daar waar naar stilte wordt geluisterd.  
-Hans Oud

Transformatie is een energetisch proces en energie is een transformerend proces.  
-Jan Bommerez

Ieder mens kent een verslaving, een natuurlijke neiging, een fixatie.  
De vraag is niet: waarom ben je verslaafd?  
Vraag liever: waarom heb je pijn?  
-Dr. Gabor Maté

De ziel van genialiteit is liefde, liefde en liefde.  
-Wolfgang Amadeus Mozart

Het hart is niets anders dan de ziel die zich richt tot de bron als een beweging van liefde.  
-A.H.Almaas

De belangrijkste, meest fundamentele relatie in je leven is de relatie met het NU.  
-Eckhart Tolle

Alles wat we zijn, is het gevolg van wat we hebben gedacht.  
-Boeddha

Materie is een samenkomen van energie en informatie.  
-Deepak Chopra

Gedachten zijn afleidingen die vastzitten aan de buitenwereld en die je in een relatieve betrekking dwingen.  
-Dr. Pang Ming

Dat alles in zekere zin was voorbestemd.  
Dat de mensen instrumenten waren in elkaars levens.  
-Herbjørg Wassmo

Kennis is macht maar alleen wijsheid is vrijheid.  
-Etty Hillesum

Liefde is niet selectief zoals zonlicht niet selectief is.  
-Eckhart Tolle

Ik hoef nu veel minder te doen,  
zodat ik meer ben.

-Typhoon

We zijn nog altijd niet  
volwassen genoeg om onszelf te  
zien als slechts een piepklein  
onderdeel van een immens en  
ongelooflijk universum.

- Rachel Carson

Dus wat staat ons geluk in de weg?

Onze eigen mind,  
onze emoties en  
ons eigen lichaam.

De drie werken tegen je  
als je ze niet op orde hebt.

Dus: fix it.

- Sadhguru



Moederziel alleen,  
kan een prachtige plek zijn,  
mits we onze pijn erkennen en die delen  
in plaats van anderen pijn te doen.  
Als we die pijn voelen in plaats  
van verspreiden, kunnen we  
veranderen. Ik geloof in woorden die  
ons helpen de weg naar elkaar  
te vinden.

-Brené Brown

Je kunt de situatie  
niet veranderen,  
maar wel hoe je erop reageert.

-Gandhi

Ontspanning  
is de sleutel  
tot slagen.

-Joseph Murphy

Een dikke boom  
begint als een teer twijgje.  
Een bergbeklimming  
begint met een stapje.

-Lao Tse

Echt geluk  
krijg je niet door geld  
maar door regie op je leven.

-Barbara Baarsma

Wie stilstaat,  
overwint hitte.

Wie holt,  
overwint kou.

-Lao Tse

De bron van de schepping is  
de goddelijkheid (of de ziel),  
het proces van  
de schepping is de goddelijkheid in  
beweging (of de geest)  
en het object dat wordt geschapen  
is het stoffelijke universum  
(met inbegrip van het lichaam).

- Deepak Chopra

"Mijn vader zei dus tegen me  
dat het bewustzijn,  
volgens zijn verklaring,  
in elk atoom van het universum  
aanwezig is."

Uit: het raadsel van de liefde  
van Marianne Fredriksson

"Dat het belangrijk is wat je denkt,  
dat leven en gevoelens in hoge  
mate bepaald worden door  
gedachten. Bij mij vliegen de  
gedachten als vogels de lucht in,  
en daarna zijn ze verdwenen."

- Angelika in 'het raadsel van de  
liefde' door Marianne Fredriksson

Mededogen beoefenen  
vereist moed.

- Pema Chödrön

Inmiddels weten we dat onze  
emotie bezit van ons neemt als  
we die ontkennen. Wanneer we  
onze emotie erkennen kunnen  
we herstellen en onze weg door  
de pijn heen vinden.

- Brené Brown

Domme mensen  
dringen hun overtuiging op,  
verstandige mensen  
willen adviseren,  
wijze mensen  
helpen tot inzicht komen.

-Paul Salim Klower.

We zijn mooi zoals we zijn,  
maak dat toch niet stuk.

-Wolf

Ik verander niet  
door de tijd die verstrijkt,  
maar door wat ik met die tijd doe,  
dacht ze.

-Herbjørg Wassmo

Misschien zijn we zo graag  
in de natuur omdat die niet  
over ons oordeelt.

- Friedrich Nietzsche



Die verbondenheid – de levenskracht  
die tussen ons en ieder ander mens op  
de wereld stroomt – is niet iets wat  
verbroken kan worden; maar ons geloof  
in die verbondenheid wordt constant  
op de proef gesteld en steeds weer aan  
het wankelen gebracht.

- Brené Brown

Een paradox  
is je grootste  
spirituele bezit.

-Carl Jung

Wat mij definieert is  
de liefde die ik ben.  
De liefde die ik  
kan geven en ontvangen.

-Typhoon

Als je niet kunt binnengaan in de  
toestand van diepe stilte,  
zul je niet de beloning oogsten  
die voortkomt uit stilte,  
zoals verbeterde hersenfunctie,  
toename van alfa golven en afname  
van bèta golven in het brein.

-Dr.Pang Ming

Om jezelf te kunnen accepteren en  
een goed gevoel van eigenwaarde  
te ontwikkelen, moet je je lijst met  
voorwaarden loslaten.

Je bent al goed genoeg. Nu.  
Op dit moment. Zoals je bent.

- Brené Brown

Liefde is  
de energie  
welke de  
waarheid onthult.

-A.H.Almaas

Vrijheid is  
geen vrijheid  
als het gebaseerd is  
op egoïsme.

-Ilja Leonard Pfeijffer

Door de oneindige toegang tot  
kennis ontstaat het misverstand  
dat je die kennis ook beheerst.  
Met alle gevolgen van dien.

-Ilja Leonard Pfeijffer

Jij bent geliefd.  
Genade word  
je gegeven.

-Carola Schouten

Verandering doet pijn,  
neem tijd om te rouwen.

- Nazmiye Oral

Door niet te oordelen  
schep je stilte in de geest.

-Deepak Chopra

Je geest is als een vijver.  
De golfslag van dagelijkse  
beslommeringen maakt het water troebel.  
Door te mediteren wordt het water rustig  
en helder. Meditatie brengt je  
geest tot rust maar focust ook aandacht  
op dingen die je liever niet ziet.

Er is moed voor nodig.

-Pema Chödrön