

*Wat vormt een verslaving  
in mijn leven en wat probeer ik  
ermee te ontlopen?*

*Ik laat mijn verwachtingen los  
over wat er zou moeten zijn,  
en open mij in plaats daarvan  
voor wat er wél is.*

*Het vastklampen aan een illusie  
doet uiteindelijk meer pijn  
dan de werkelijkheid  
onder ogen zien.*

*Sommige problemen los je op  
door er helemaal geen  
problemen van te maken.*