



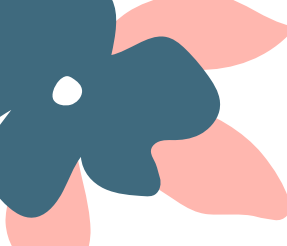
**GELUK IS GEËN
EINDSTATION, MAAR EEN
MANIER VAN REIZEN.**

Margaret Lee Runbeck




**HET LEVEN IS NIETS DAN
EEN EXPERIMENT. HOE
MEER JE EXPERIMENTEERT,
HOE BETER.**

Ralph Waldo Emerson



ZEG 'JA'



Als je weinig inspiratie hebt, ligt spontaniteit misschien niet zo voor de hand. Maar spontaan iets leuks of iets nieuws doen is misschien precies wat je nodig hebt om je stemming beter te maken. Een goede manier om dit te oefenen is 'ja' zeggen tegen bepaalde dingen. Als je wordt uitgenodigd voor een feestje waar je normaal gesproken niet naartoe zou gaan, zeg dan een keertje 'ja' en ga erheen.



Als je langs een affiche loopt voor danslessen of een cursus fotografie, iets wat je stiekem altijd al eens hebt willen doen, ga dan meteen als je thuiskomt jezelf inschrijven. Door 'ja' te zeggen tegen mogelijkheden die zich aandienen, open je jouw wereld voor nieuwe mensen, nieuwe locaties en nieuwe belevenissen. Waarschijnlijk moet je hiervoor uit je comfortzone stappen, maar je krijgt er de voordelen van spontaniteit, opwindning en avontuur voor terug. Zeg eens een uurtje, een dag of een maand 'ja' tegen het leven en kijk wat er dan gebeurt.





IN HET LEVEN IS ELK
EINDE SLECHTS HET
BEGIN VAN EEN
ANDER VERHAAL.

Julian Barnes



DE DWAAΣ ZOEKT GELUK
IN DE VERTE; DE WIJZE
LAAT HET ONDER ZIJN
VOETEN GROEIEEN.

James Oppenheim

WĒES NIET DAT KIND
DAT BOVENAAN DE
WĀTERGLIJBAAN
TWIJFELT. JE MOET
GEWOON GAAN.

Tina Fey

GENIET VAN EEN ZONSOPGANG

Ben je ooit getuige geweest van een zonsopgang? Dit wonder der natuur is een waarlijke bron van ontzag en eerbied. Kijk wat voor weer het gaat worden, kies een heldere dag uit en zoek een mooie plek op. De zon komt op in het oosten en gaat onder in het westen, dus zorg dat je er goed zicht op hebt. Kom ruim op tijd, zodat je maximaal profiteert van de belevenis. Kleed je warm aan, ga samen met een vriend of dierbare en geniet van het schouwspel. Je hoeft daarna echt niet terug naar bed – je voelt je helemaal geïnspireerd en klaar voor de dag die komt.

