|  |  |
| --- | --- |
| **Rouw is in je hoofd.**  **De wereld draait door.** | **Rouw nodigt uit**  **naar de essentie**  **te gaan.**  **God\* helpt me daarbij.**  **\* Allah, …..** |
| **Rouw is stilstaan bij een persoon, een situatie of een gebeurtenis.**  **Het wil op de voorgrond staan.** | **Rouw is de botsing van gedachten.**  **Heb jij het gevoel dat je ergens recht op had?**  **Iets wat nu niet meer kan?** |
| **Rouw is angst voor een nieuwe situatie.** | **Rouw is**  **het omgekeerde**  **van extase** |
| **Rouw kan kwetsbaar maken.** | **Rouw is je reactie**  **op een onomkeerbare situatie.** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Rouw is jouw antwoord op de illusie dat mensen of situaties blijvend zijn.** | **Rouw is iets van jou, maar gaat niet over de ander.**  **De ander heeft jou niet in de steek gelaten, jij accepteert zijn pad niet .** |
| **Rouw ontstaat bij onthechting aan het vertrouwde.** | **Rouw =**  **de situatie die is.**  **Het leven doet jou geen pijn!**  **Jij leert keer op keer hoe het leven werkt.** |
| **Rouw is sterk verbonden met vreugde.**  **Elke situatie zonder vreugde, is een vorm van rouw.** | **In een stille geest (meditatie)**  **is geen rouw.** |
| **Geboorte en rouw**  **zijn één.** | **Rouw is niet**  **in het hier en nu!**  **Het zijn herinneringen die jouw ego groot maakt.** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Een mens heeft er recht op ouder te worden dan 4 jaar.** | **Mijn vader werd 57.**  **Hij heeft het niet getroffen.** |
| **Rouw gaat over doodgaan, maar speelt ook een rol bij …** | **Ik ben niet bang om te voelen wat mij overkomt.** |
| **Kinderen in een rouwsituatie help je het best door de gewone structuur te bieden.** | **Een rouwproces mag even duren, maar niet langer dan enkele jaren.** |
| **In een situatie van rouw,**  **kan ik het beste ….** | **Ik schaam me niet voor mijn leven:**  **ziekte, scheiding, verlies, …**  **Ik vertel mijn verhaal zoals het is.** |