

Boek 'Tout ce qui nous empêche d'être heureux et ce qu'il faut savoir pour l'être. Fabrice Midal - Flammarion	'Ben je gelukkig?'
durf anders kijken naar wat al lang in jou leeft stem je er op af	geniet van de weg zet bewust kleine stapjes laat je verrassen
zie jouw doel voor je laat je verbeelding werken en denk verruimend	laat je hart raken voel het vuur binnen in jou blijf enthousiast
zoek wat bij jou past laat je ideeën stromen volg het juiste spoor	beleef je passie ont-dek de muze in jou ga voor kwaliteit
behoud het speelse amuseer je en geniet maak vooral plezier	je verdient geluk doe vooral heel veel dingen waar je blij van wordt
sta stil bij jezelf maak weer contact met je zelf voel de verbinding	breng je geest tot rust doe enkel wat resoneert met wie je echt bent
voed jouw levenskracht ze is altijd aanwezig in de beste vorm	blijf bewust voelen wat jouw frequentie verhoogt doe wat je graag doet
geluk zit in jou het leven biedt geschenken sta er voor open	durf grenzen stellen draag goed zorg voor je lichaam adem vreugde in

kom in beweging geniet van ont-moetingen en her-leef voluit	laat los wat zwaar weegt je kan steeds opnieuw starten zonder bagage
straal zekerheid uit verwacht niets van de ander behoud je geluk	blijf gemotiveerd blijf geloven in jezelf kijk hoopvol vooruit
tel je gelukjes en je zegeningen ook al zijn ze klein	let op je houding kijk naar wat wèl nog goed gaat wees er dankbaar voor
stel jezelf in vraag loop niet mee met de kudde laat zien wie je bent	maak je geen zorgen volg je diepste verlangen geloof in je zelf
blijf je mooie zelf je hoeft niets te bewijzen alles is perfect	raap je moed bijeen laat je hart open bloeien zachtheid maakt je sterk
behoud zelfrespect door je grenzen te stellen maar wel vriendelijk	uit je behoeften om tot vrede te komen en wees duidelijk
blijf verder dromen gelukkig zijn vraagt actie en transformatie	zoek het niet te ver verwacht het onverwachte in kleine dingen
blijf dicht bij jezelf volg je innerlijke stem en denk opbouwend	respecteer jezelf bewaar authenticiteit en straal het ook uit

ga diep naar binnen vertrouw je intuïtie en leef er maar naar	schep je geluk zelf verwacht niets van de ander en blijf in balans
omarm het leven geluk is geen staat van zijn maar een mooi proces	leef in het moment geluk is een emotie langzaam opgebouwd
geef je grenzen aan om gelukkig te worden spreek je wensen uit	doe niets wat niet moet enkel wat jou geluk brengt blijf trouw aan jezelf
voel je niet verplicht je moet je niet bewijzen durf ook 'nee' zeggen	ga meer naar buiten voel je thuis in de natuur geniet van de rust
nodig geluk uit door dankbaarheid te tonen en het komt er aan	teveel je best doen kan averechts werken blijf gewoon jezelf
zet de deur open ont-grendel jouw potentieel laat de vrijheid 'toe'	volg je eigen pad word wie je altijd wou zijn op weg naar geluk
spreek jouw waarheid uit eerlijk zijn tegen jezelf brengt uitzuivering	je leven leiden vanuit authenticiteit beperkt het lijden
ga niet in de angst ze belemmert jouw plannen kies voor vertrouwen	creëer iets nieuws vanuit jouw hartsverlangen en alles komt goed

kunnen los laten als een arend in de lucht geeft wijsheid en rust	vanuit onze ziel geluk kunnen uitstralen werkt aanstekelijk
vol overgave vertrouwen in de toekomst moedig levensdoel	voel het in je hart wie of wat je nodig hebt vraag gerust om hulp
geef raad aan jezelf alle wijsheid zit in jou luister er maar naar	blijf dicht bij jeZelf verdwaal niet in de chaos jouw ziel weet de weg
voel het met je hart en denk oplossingsgericht neem bewust actie	laat je hoop groeien door positief te blijven en voed dit gedacht
neem rust voor jezelf nadien zal je dankbaar zijn voor het mooie 'werk'	stil staan bij jezelf is een stap vooruit zetten naar zelfbewustzijn