

Als ik *troost* kon zijn  
Over liefde en pijn  
*claire vanden abbeele*

# Inhoud

- Wie met zijn gevoelens durft om te gaan ervaart het bestaan zelve **8**
- Omgaan met pijn is een hele opgave **12**
- Er is tijd nodig om het begrip 'nooit meer' te laten doordringen **14**
- Met vallen en opstaan leven we ons bestaan **20**
- Alles heeft zijn tijd **22**
- Liefde is het refrein dat zich door ons zijn weerkaatst **28**
- Afscheid is het kruispunt vanwaar ieder zijn weg gaat **32**
- Zorgdragen voor wie we zijn is onszelf tijd en ruimte gunnen **33**
- Vertrouwen ontstaat als we trouw zijn aan onszelf **38**
- Leven met onzekerheid is stilstaan bij het mysterie **46**
- Tijd nemen om te herbronnen **52**
- Leven in het nú-moment **56**
- Leven is momenten met eeuwigheidswaarde verzamelen **58**
- Aanvaarden is de moed opbrengen om de waarheid te erkennen **62**
- Zijn wie we zijn **65**
- Loslaten in liefde en overgave **70**
- Wanneer we ons schuldig voelen **72**
- Liefde en pijn hebben te maken met verbondenheid **78**
- De kunst van het dankbaar zijn **80**
- Verbinding is toewijding **85**
- Elk moment is een nieuw begin **88**
- Van overleven naar leven **90**
- Schakel, belofte, brug naar de toekomst zijn **92**