Je hoeft niet harder te te rennen.

Je hoeft niet méér te doen.
Je hoeft niet alles op te lossen.
Je hoeft niet overal tegelijk te zijn.

Adem.

Voel de grond onder je voeten.
De lucht in je longen.
Het leven in dit moment.

Hier begint alles.

Niet gisteren.
Niet morgen.

Hier.

Nu.

En dat is genoeg.