

TAO TE TJING  
VOOR KINDEREN EN ANDERE  
VOLWASSENEN

HET BOEK OVER VREDE EN VREUGDE



ROELAND SCHWEITZER TEKST EN TAO

GEORGE BURGGRAAFF FOTOGRAFIE



## 22 BLIJF HEEL

Takken buigen in de storm, zo blijven ze heel.  
Als iets je spijt, dan wordt het je vergeven.  
Lege kamers raken vanzelf vol.  
Over een wondje groeit weer nieuwe huid.  
Je vraagt om hulp en er komt hulp.  
Als je veel hebt, heb je al snel te veel.

Blijf heel en volg je hart, zo help je de wereld.  
Blijf kalm en schep niet op, zo val je op.  
Overdrijf niet, zo word je goed gezien.  
Vecht niet, dan wil ook niemand met jou vechten.

Takken die buigen in de storm, die breken niet.  
Is dat echt zo? Jazeker.  
Heel blijven is buigen voor wat groter is.

,



## 36 EEN KNUFFEL IS STERKER DAN EEN KLAP

In de lente gaan alle planten groeien.  
Ze worden stevig en sterk.  
In de herfst verwelken en vergaan ze weer.  
Die mooie bloemen, de vogels eten de zaden.

In je leven gaat het vaak net zo.  
Je begint als een kwetsbaar kindje.  
Dan word je groot en sterk.  
Tot slot word je weer kwetsbaar en zacht.  
Zo zie je, dat het zachte het harde overwint.  
Een knuffel is sterker dan een klap.  
Daarom, blijf bij je hart en speel niet de baas.



## 38 HET KACHELTJE VAN PLEZIER

Even iemand helpen, dat doe je soms gewoon, je merkt het niet eens.  
Maar als je probeert om aardig te zijn, dan kan dat mislukken.  
Je kunt ook gewoon rustig en met plezier bezig zijn.  
Het gaat dan gemakkelijk en je krijgt de dingen vanzelf voor elkaar.  
Maar als je onrustig bent, dan gaat er al snel van alles fout.

Druk zijn, dat is een soort van belangrijk doen.  
De baas spelen, ja, dat is helemaal naar.  
Als je niet meedoet, gaat zo'n baasje nog slaan ook.  
Als je speelt, ben je dan druk, of merk je niet eens dat je druk bent?

Binnenin je zit een kachelkje.  
Dat brandt zolang je leeft.  
Wat is de brandstof?  
Je liefde en plezier zijn de brandstof.

Eet je de harde schil van een walnoot, of de noot zelf?  
Walnoot, aardappel, peer, de buitenkant is mooi,  
maar de vrucht zit binnenin. Hier moet je zijn.  
Zo is het ook bij de mens.  
Je vrede en je vreugde zitten van binnen.