



Omgaan met angst

Ik zeg het graag hardop, ook vandaag, al ken ik u niet:
existentiële angst hoort bij mens-zijn.
Zij hoeft niet weggemaakt te worden.
Zij mag bestaan.
Zij kan zelfs een toegangspoort zijn.
Niet naar zekerheid, maar naar dieper leven.

Karin Seijdell: *Reisgenoot bij angst.*
Overweging in de Dominicus 18 januari 2026
Illustratie: Arie Voordouw

dag 9 vrijdag 27 februari