

Uneori mă întreb:
este acesta egoism?
Cum anume îi ajută pe alții
faptul că am grijă de mine?



Și, când fiecare dintre noi luăm bunătatea interioară
și compasiunea față de noi înșine
și le îndreptăm spre exterior,

așa realizăm progresul și schimbarea.



Așa construim,
creăm, învățăm și arătăm iubire.
Felul în care avem grijă unii de alții
are efect asupra lumii întregi.
Eu sunt mai mult decât mine însumi...

Dar apoi îmi dau seama: cu cât mă simt mai bine
pe dinăuntru, cu atât mai mult le pot fi alături altora.



Prietenilor mei,
familiei mele.
Comunității mele.
Pentru că eu nu exist singur;
sunt parte din ceva mai mare decât mine.