

Alleen uit de gemeenschap komt de wijsheid.
Eén hand alleen kan geen touw om een bundel knopen.
Wie dan valt heeft niemand om haar te helpen.
Wie dan schreeuwt heeft niemand die haar hoort.
Wie alleen loopt gaat gebukt onder haar last.
Niemand deelt haar vreugde of verdriet.
Wie alleen loopt raakt de weg kwijt.
Ze heeft twee voeten en slechts twee armen.

Maar in de gemeenschap heeft ieder duizend handen,
Heeft ieder duizend voeten,
Loopt niemand ooit alleen.

Patricia Kayo, Kameroen