



Een gezondere wereld start bij jezelf

Hol jij ook achter de feiten aan in de 24- uurmaatschappij? Heb jij het gevoel eenzaam of verloren te zijn in een wereld met 7 miljard mensen? Wordt jouw leven volledig beheerst door de agenda, je omgeving of het gezin, kortom de dingen die moeten? We leven in een wereld vol mensen die het contact met zichzelf zijn kwijtgeraakt.

Gebrek aan contact met onszelf veroorzaakt blokkades, die we bewust of onbewust ontkennen. Blokkades zijn niet altijd eng, ze bieden zelfs een kans. Grijp die kans! De Hof van het Heden leert mensen het contact weer te herstellen. En stimuleert, coacht, begeleidt mensen om datgene te doen wat bij hen past. Wordt het voor jou geen tijd weer in contact te staan met jezelf?

Een maatschappij met mensen die met zichzelf in contact staan is een gezonde maatschappij. De Hof van het Heden droomt hiervan. Eén ding is zeker, een gezondere wereld start bij jou!

~

De Hof van het Heden

Voor

Workshops Coaching Begeleiding & Advies

~

Waarheden, tips en adviezen

- * Waar je leert dat de kracht in jezelf zit;
- * Waar een wil is, is een weg;
- * “**Vertrouwen in**”, het beste is wat er bestaat;
- * Je niets alleen hoeft te doen, je het wel zelf moet doen;
- * Wanneer je niet begint, verandert er niets;
- * Wanneer je het vertrouwen en de hoop bij een ander neerlegt, je situatie nooit zal veranderen;
- * Begin nu met het loslaten van alles wat belastend is: negatieve emoties, opgedrongen zaken;
- * Stop met moeten, behalve als je “**echt moet**”.

~

- * Klachten zijn gerelateerd aan een oorzaak;
- * Niets is voor niets;
- * Wanneer je de oorzaak weet, de gevolgen uitsluit, kun je starten met de genezing of het daadwerkelijk voorkomen van;
- * Bestrijd je alleen de symptomen, dan zal de klacht zich blijven herhalen en kan deze uitmonden in een chronische aandoening of ongeneeslijke aandoening;
- * Leer jezelf kennen, voel zonder je verstand hierin te betrekken;
- * Goed of niet goed is geen overweging, maar juist het verschil tussen goed en kwaad in je hart;
- * Mensen die denken voor doen stellen, zullen nooit werkelijk voelen ervaren;
- * Niet voelen is leven zonder passie!

~

- * Neem elke dag een moment om volledig te zijn, d.w.z. zonder iets te doen, denken, kijken of luisteren. Adem in en uit en ervaar de totale rust in jezelf;
- * Wanneer je elke dag dit ene moment kunt nemen, sta je jezelf toe volledig te leven, kun je werkelijk genieten van de stilte in jezelf en de persoon die jij bent zoals jij dit verkozen hebt;
- * Wees jezelf en vraag je nooit af wat een ander daarvan denkt. Wanneer jij een ander en jezelf niet schaadt, zal jij nooit alleen zijn, wordt je omringd door mensen die van je houden;
- * Elke nieuwe dag is een kans om te starten net datgene doen wat goed voor je is, zodat jouw leven de positieve wending neemt die jij voor je geboorte voor jezelf hebt gepland.



Mijn naam is Sonja Ulrich. Ik ben werkzaam als NLP coach, daarbij hoogsensitief en help al sinds 1998 mensen die om wat voor reden dan ook in onbalans zijn geraakt.

Wat krijg je bij mij: Honderd procent aandacht! Ik voel, hoor, zie en weet of iemand bijvoorbeeld blij, verdrietig, boos of teleurgesteld is.

Blijheid zingt, verdriet verstomt, boosheid verstikt en teleurstelling klinkt als wanhoop. Deze signalen corresponderen met gezond of ziek zijn. Vanuit mijn hart, mag ik de oorzaken weten, zodat ik ieder mens die dit wil, kan helpen door hen te leren zichzelf te helpen.

Daarnaast ben ik een gelovig mens. Geloven betekent voor mij God, daarbij onvoorwaardelijke liefde voor iedereen die en alles wat leeft. Het geeft mij vertrouwen. Daar doe ik alles voor. En ik weet dat ik alle hulp krijg bij het verwezenlijken van mijn droom.

Ik straal wanneer de wereld gezond is!

Heb jij Interesse?

Voor informatie, contact of kennismaken, kun je me op verschillende manieren bereiken:

Per email: info@dehofvanhetheden.nl

Of

Telefonisch op: 0031 (0)78 642 83 01

Of

Mobiel op: 0031 (0)6 53 54 86 59

Of

Onder Sonja Ulrich op Facebook, LinkedIn of Twitter

~

**Je kunt een ander geen groter plezier doen,
dan goed voor jezelf te zorgen!**

Succes!