



Nieuwsbrief: no. 1, Januari 2012

## **We zijn heel hard bezig om massaal zelfmoord te plegen**

**‘Bewust maken ~ Bewust worden ~ Bewust zijn.’ Daar begint het, de eerste stap om een gezonde wereld te creëren, met elkaar. Hoe? De Hof van het Heden geeft de richting.**

Rond tweeën ging ik lekker op de fiets naar de markt. Omdat ik het heerlijk vind om langs de rivier te fietsen besloot ik dat ook deze keer te doen. Terwijl ik tegen de wind in fietste haalde ik een jongen in van ongeveer twaalf jaar oud. “Wat een wind hè”, zei ik tegen de jongen. “Ja”, zei hij, “Het is bijna niet leuk meer.” “Gelukkig is het nu wel droog en schijnt de zon”, zei ik vervolgens. De jongen antwoordde daarop, “Gelukkig wel, vanmorgen ben ik al helemaal nat geregend toen ik naar school fietste.”

Toen ik hem vertelde dat hij daarom nu maar een bedankje richting de zon moest doen, zei hij, “Ja maar door de zon waait het nu zo hard”. Dus ook het zonnetje had hem nog niet veel goeds gebracht of vrolijker gestemd. Ik startte mijn pleidooi en zei hem: “Weet je dat wij invloed hebben op het weer. Door de zon te bedanken en om hulp te vragen zorgen we ervoor dat dit ook echt gebeurt. We zijn namelijk allemaal onderdeel van een groter geheel”.

“Voorlopig zijn we wel heel hard bezig om massaal zelfmoord te plegen”, vervolgde de jongen, “Als u eens wist hoeveel natuur er verdwijnt en wat dit voor gevolgen heeft voor onze gezondheid en voortbestaan, dan word je daar niet echt vrolijk van.” De opmerking van de jongen bracht me op twee gedachtes: jeetje, dat een jongen van twaalf daar al zo bewust mee bezig is en wat triest dat hij dit op een dusdanig verdrietige manier aangeeft waardoor het lijkt alsof hij alle hoop al heeft opgegeven.

Ik merk dat veel mensen op dit moment met de vraag lopen waar het naar toe moet met de wereld. Hoe beïnvloedt alles wat er op dit moment speelt, de dagelijkse hectiek, incl. de media, jouw leven?

Wil jij weer bewust in het leven staan, lees dan verder.

## **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 is een feit. Met mijn workshops en boeken wil ik mensen bewust maken. Wil je weten waar jouw krachten liggen, wil je weer doen wat dicht bij jou ligt, wil jij voor jezelf kiezen, neem dan nu een kijkje op mijn website [www.dehofvanhetheden.nl](http://www.dehofvanhetheden.nl)

Sonja Ulrich

Email: [info@dehofvanhetheden.nl](mailto:info@dehofvanhetheden.nl)