



Nieuwsbrief: no. 2, Februari 2012

## **“I believe the children are our future”, by Whitney Houston**

Dit is de eerste zin van mijn lijdlied en iets waarvan ik hoop dat ieder mens die leeft zich vanaf nu echt weer gaat herinneren. Want alleen jij, bent verantwoordelijk voor je eigen geluk, door de keuzes die je maakt in je leven.

In shock of weer even met twee benen in de realiteit? Wat gebeurde er met jou toen je hoorde dat Whitney Houston overleden was? Deed het je iets en raakte het je, omdat ze voor jou als zangeres en actrice een bijdrage heeft geleverd aan diverse mooie herinneringen of dacht je meteen dat is weer iemand die niet om kon gaan met alle weelde en publiciteit? Het maakt niet uit wat je erbij voelde of dacht. Want hoe vervelend het ook is voor Whitney's nabestaanden en de mensen die nog dagelijks geïnspireerd worden door haar gaven, ik wens haar echt de rust die ze zocht in haar moeizame en altijd maar drukke bestaan. Wat kun jij hier als mens van leren? Heel veel of niets?

Wat het mij heeft geleerd, en wat de tekst uit 'Greatest Love Of All' ook eigenlijk al zegt, is dat het vooral goed is wanneer je van jezelf houdt en dat je dit weer als het meest belangrijke in je leven gaat ervaren. Jij bent de regisseur van jouw leven. Laat jij je leiden door de diverse verleidingen in de wereld van nu, dan zul je toch echt onherroepelijk geconfronteerd worden met de gevolgen.

Het voorstel van een andere artiest Tony Bennett, over het legaliseren van softdrugs wekt mijn verbazing. Zijn hierna volgende uitspraken die ik als citaat samen met het daarna geschreven stukje onder het kopje overdosis van één van de websites van het Internet heb gehaald, roepen bij mij gemengde gevoelens op.

"Eerst was het Michael Jackson, toen Amy Winehouse en nu de geweldige Whitney Houston", begon hij. "Ik zou graag hebben dat iedereen hier zich inzet om drugs te legaliseren."

"Laten we het doen zoals in Amsterdam", ging hij verder. "Daar hoeft niemand zich te verstoppen of om de hoek te sluipen om drugs te krijgen. Ze gaan naar een dokter en krijgen het op voorschrift", weet hij.

## **Overdosis**

Bennett's uitspraken komen enkele maanden nadat de dokter van Michael Jackson, Conrady Murray, schuldig bevonden werd aan onvrijwillige doodslag. Hij was betrokken in het voorschrijven en leveren van een fatale dosis drugs aan zijn patiënt. Amy Winehouse, die al jaren strijd leverde tegen haar verslavingen, stierf in juli dan weer aan een alcoholvergiftiging. Of ook Whitney Houston stierf aan een overdosis, is nog niet duidelijk. Wel is het zeker dat ze al jaren vocht tegen haar verslavingen.

Nu na de berichtgeving van de media, wel “zeker” is, dat Whitney een cocktail van medicijnen heeft genomen, komt bij mij de volgende vraag. Zou ieder land het mogelijk moeten maken drugs te legaliseren of geven we op die manier mensen nog eerder de gelegenheid en de kans om de dingen te doen die ongezond kunnen zijn?

We denken in oplossingen en gaan voor iets simpels als een pilletje tegen de hoofdpijn, een pilletje tegen de spierpijn of bij griep en verkoudheid. Waarom kijken we niet meer naar de oorzaak hiervan en hoe we dit in de toekomst kunnen voorkomen? Is het in balans zijn de remedie?

Ieder mens wordt hier vanaf de geboorte al mee geconfronteerd. De keuze die de ouders maken en het voorbeeld wat de ouders geven, zal voor velen richtinggevend zijn, tenzij mensen er voor kiezen echt volledig zichzelf te durven zijn.

In balans, door voor jezelf te kiezen. Weer van jezelf houden en alles accepteren wat bij jou hoort en er tevreden mee zijn. Onvrede zorgt ervoor dat je naar iets buiten jezelf zoekt wat je gelukkig maakt. Kun je er dan gewoon niet beter voor zorgen, dat je blij bent met alles wat je in je leven hebt, doet, maar ook laat? De combinatie is belangrijk. De Hof van het Heden helpt je in het maken van de voor jou juiste keuzes.

Door het volgen van de workshop ‘Bewust maken Bewust worden Bewust zijn’, mag ik jou laten zien wat bij jou past, maar ook wat jou schaadt. Durf jij de confrontatie aan? Kijk dan snel op de website hoe je je aan kunt melden voor de workshop of coachingsessie of maak een afspraak voor een vrijblijvend kennismakinggesprek.

[www.dehofvanhetheden.nl](http://www.dehofvanhetheden.nl)

Sonja Ulrich