

# simpelmind

L I C H T E R L E V E N

## Een frisse kijk op het leven

8 april 2022

### Ken je dat?

Je loopt over en de tip is “wees in het hier-en-nu”. Je kijkt naar Eckhart Tolle en ja, die zegt het ook. En je weet het, je doet al yoga of mindfulness en dat voelt goed. Maar zodra je van die mat af komt bespringt het leven je weer. Dus *hoe* doe je “in het hier-en-nu zijn” dan, in het dagelijks leven?

Het antwoord is: er is geen *hoe* je dat doet. Er is alleen inzicht, in hoe de menselijke ervaring tot stand komt. Onderliggend ben je al in een staat van welbevinden. Het denken – met name over jezelf – ligt daar als een wattendecken overheen.

Met de **3 Principes** zijn voor ons (doorgewinterde coaches, knutselaars aan een beter zelf) de puzzelstukjes op hun plaats gevallen. Er is bij ons veel denken weggevallen. Wat overblijft is een lichtheid, een frisse kijk op het leven.



**simpelmind** is een nieuwe onderneming van twee oude rotten in het vak.

Irene van Meijgaard (links)  
& Elisabeth Roelvink (rechts)

[www.simpelmind.com](http://www.simpelmind.com)

Wil je kennismaken met deze lichtheid?

Dan gaan we graag met je in gesprek op onze inspiratiedag.

We onderzoeken met elkaar – in een groep van max. 10 deelnemers – wat je bezighoudt en hoe je de issues daarin kunt doorzien.

### Locatie

Villa De Merel – een sfeervolle plek in het midden van het land

### Datum en tijd

Vrijdag 8 apr 2022 van 10.00 – 17.00 met een ruime lunch/wandelpauze

(volgende kans: 20 mei)

### Introductieprijs 2022 € 125

incl. heerlijke lunch

Heb je interesse in deze dag?

*Mail ons dan met je naam en telefoonnummer.*

Dan nemen we contact op.

[info@simpelmind.com](mailto:info@simpelmind.com)