

Zinnen die de ziel raken

ELMER HENDRIX

Zinnen

systemische zinnen

die de

voor begeleiders

ziel

van opstellingen

raken

Uitgeverij Het Noorderlicht

Colofon

© Uitgeverij Het Noorderlicht, 2024, geheel herziene 6^e druk

Contact met de uitgever: contact@hetnoorderlicht.com

Auteur: Elmer Hendrix

Redactie: Els van Steijn, Basti Baroncini en Joris Udo de Haes

Eindredactie: Elly Hekman en Barbara Trappenburg

Basis ontwerp: Elles Kramer

Opmaak: Sandra Klercq, www.studioeight.nl

ISBN 978-90-83344-73-7

NUR 770

Alle rechten voorbehouden.

Uitgeverij Het Noorderlicht | www.hetnoorderlicht.com

*Voor mijn vrouw Angeli,
die steeds weer mijn ziel raakt..*

Dit boek is een parel. Systemische ordeningen en dynamieken worden helder en met respect beschreven. De zinnen gaan recht naar binnen en werken direct, niet alleen bij de cliënt maar ook bij mij als lezer. En ik houd van de uitnodiging om eigen werkzame zinnen te ontdekken. Elmer Hendrix opent velden.

- Ingrid Dykstra

Systemisch therapeut en opsteller - www.ingrid-dykstra.de

Elmer bezit het vermogen om rechtstreeks de essentie te raken. Dit boek met systemische zinnen zorgt ervoor dat dat binnen ieders eigen bereik komt en bevat concrete handvatten waardoor je vol vertrouwen systemische interventies kunt toepassen.

- Els van Steijn

Coach, familie- & organisatie-opsteller en auteur van 'De fontein, vind je plek' - Els van Steijn training en Coaching - www.elsvansteijn.nl

Systemisch werken is reizen met je cliënt. Dit fraaie boek is een rijke gids om de taal van het Land van de Ziel te snappen en je eigen te maken. Niet een boek dat je pas begrijpt wanneer je het van A tot Z leest. Elke willekeurige pagina is het begin van een inspirerende reis. Vademecum, ofwel 'Reis met mij'.

- Eric de Waard

Executive coach, trainer, opsteller - de Waard coaching - www.dewaardcoaching.nl

De ervaring en het vakmanschap van Elmer worden zichtbaar in dit boek. Zijn opmerkingen over het gebruik van de juiste woorden en het aanvoelen van het juiste moment zijn essentieel. Dan wordt de ziel geroepen en werkt het door op celgeheugen van het lichaam. Een mooi boek als inspiratiebron in systemische begeleiding.

- Connie van der Arend

Natuurgeneeskundig en lichaamsgericht therapeute en coach
en auteur van 'Het veld van aandacht' Systemisch werk via het lichaam
- www.connievanderarend.nl

Elmer vult met 'Zinnen die de ziel raken' niet alleen de rugzak van mensen die systemisch werken. Hij geeft ook gevoel bij de systemische dynamieken. Ik realiseer me ten diepste de waarde van dit boek. Uit eigen ervaring weet ik dat de impact van een écht beweging gevende zin je leven kan veranderen.

- Kim Draijer

Managing Partner Evolvere - Evolvere management consulting,
leiderschapsontwikkeling en interim-diensten - www.evolvere.nl

Voorwoord

door

Bibi Schreuder

Deelnemers van onze opleidingen in systemisch werk met opstellingen, verzuchten vaak: 'Hoe vind ik nou de juiste zin? Hoe weet ik nou, welke zin de waarheid onthult?' Mijn antwoord is meestal: 'Test het gewoon, en wanneer het uitgesproken is merk je of de zin hout snijdt, of in de prullenbak kan. Zorg dus altijd dat je een prullenbak bij de hand hebt!'

Elmer zegt ook zo mooi: 'Wanneer je waarneemt dat de ziel niet beweegt, is de zin niet systemisch effectief.'

Maar om te leren hoe je zinnen kunt gebruiken in het systemisch coachen of tijdens de opstelling, is het belangrijk dat je ervaren hebt hoe zinnen uit te spreken, welke zinnen in welke context passen en welke zinnen meer in de beginfase van een opstelling worden uitgesproken en welke meer de eindfase inluiden. Je moet ze als begeleider geproefd hebben, om ze in latere situaties in te kunnen zetten. Mijn ervaring is dat wanneer je een zin eenmaal uit je mond hebt laten komen, het de volgende keer makkelijker gaat. Zeker wanneer het om van die liefdevol-meedogenloze waarheidszinnen gaat zoals: 'We hebben je opgeofferd'.

Het voelt vaak zo ongepast om zo'n zin voor te stellen, dat je als begeleider al je moed bijeen moet schrapen om zo'n zin te durven uitspreken. Maar als die eenmaal wordt uitgesproken en raak blijkt te zijn, dan is direct voelbaar hoeveel heling voortkomt uit het hardop zeggen van de waarheid die verborgen moest zijn om indertijd te kunnen overleven.

Daarom is dit een zeer behulpzaam boek voor de lerende systemisch werkers om veel zinnen alvast te kunnen 'proeven', waardoor je steeds makkelijker zinnen zal gaan inzetten. Het blijft echter fenomenologisch werk, dus elke keer hebben we uit te vinden welke interventie, welke zin werkt om de 'energie weer te laten stromen'. Ik ondersteun ook graag hoe Elmer de lezer aanmoedigt: vind uit wat werkt, in die context, op dat moment en wat voor jou als begeleider ook passend is. En wanneer je wat ervaring hebt met het uitspreken van zinnen die eigenlijk niet uitgesproken

willen worden, zul je merken dat de kunst van het systemisch fenomenologisch begeleiden is om niet de juiste zin te vinden, maar om die innerlijke houding te vinden waardoor de zin jón vindt.

Bibi Schreuder

Bert Hellinger Instituut Nederland

Inhoudsopgave

Zinnen die de ziel raken

Inhoudsopgave

Voorwoord	11
Inhoudsopgave	15
Index	19
Inleiding	27
Leeswijzer	33
1. Dynamieken binnen opstellingen	41
2. Transcripties van opstellingen	139
3. De gewetens	201
4. De verschillende emoties	215
5. Meditaties	221
Ten slotte	235

Index

*Alle beschreven dynamieken,
thema's van de transcripties, de gewetens,
de verschillende emoties en meditaties*

Zinnen die de ziel raken

1. DYNAMIEKEN BINNEN OPSTELLINGEN 43

Het nemen van de moeder 43

De moeder is met een deel van haar ziel bij een overleden persoon	44
De moeder heeft zelf niet kunnen nemen van haar moeder.....	48
De moeder was/is ziek (lichamelijk of geestelijk)	53
<i>Wanneer de dochter voor de moeder wil blijven dragen</i>	55
<i>Wanneer de moeder (nog steeds) wil dat de dochter haar lot voor haar draagt</i>	58
Het kind is op zeer jonge leeftijd gescheiden geweest van de moeder	59
De moeder was en blijft ontoegankelijk voor het kind	63

De eigen plek innemen..... 64

Wanneer binnen partnerrelaties de eigen plek niet wordt ingenomen	65
Een of beide ouders zijn trouwer aan hun eigen familie dan aan het huidige gezin.....	66
Wanneer broers en zusters niet op hun eigen plek staan	67
De relatie tussen kind en ouders.....	68
<i>Op de plek van een ouder terechtgekomen zijn</i>	70
<i>Wanneer de ouders weer in hun kracht staan</i>	70
<i>Wanneer één van de ouders zwak blijft</i>	71
<i>Wanneer het kind nog groot wil blijven</i>	72
<i>Wanneer het kind zelf de eigen plek dient in te nemen</i>	73
<i>Wanneer het kind tussen de ouders terechtgekomen is</i>	74
<i>De ouders staan in hun kracht</i>	75
<i>De ouders staan (nog) niet in hun kracht</i>	76
<i>Boven de ouders terecht gekomen zijn</i>	77
<i>Het lot/trauma van één van de ouders dragen</i>	80
<i>Wanneer de dochter het lot voor de moeder wil blijven dragen</i>	82
<i>Wanneer de moeder (nog steeds) wil dat de dochter het voor haar draagt</i>	84

Gescheiden ouders (loyaliteit)	84
De ouders kunnen hun verantwoordelijkheid nemen	85
Één of beide ouders kunnen de verantwoordelijkheid (nog) niet nemen	86
Ex-partners, relaties (eren van)	88
Adoptie- en pleegkinderen	91
Het weggegeven kind kan de beweging naar de biologische ouders maken	94
Het kind kan de beweging naar de biologische ouders (nog) niet maken.....	96
Liever ik dan jij	99
De ouder kan de volle verantwoordelijkheid nemen	99
De ouder kan de verantwoordelijkheid (nog) niet nemen.....	101
Ik volg je in je lot	102
Het zal mij niet beter gaan dan jou	103
Het eigen lot onder ogen zien (ziekte, handicap, dood)	105
Onhandelbaar kind	107
De relatie tussen de ouders gaat slecht.....	108
De moeder trekt naar de dood	110
<i>De moeder kiest voor het leven</i>	110
<i>De moeder blijft trekken naar de dood</i>	111
Doden (om wie niet gerouwd kon worden)	112
Het onverwerkte verdriet om een ouder, broer of kind die overleden is	113
Slachtoffers van oorlog of een ongeluk, terwijl jijzelf hebt overleefd	116
Verbinden met in de baarmoeder overleden tweelingbroer/zus	120
Het zusje kan zich omdraaien en haar zus aankijken	121
Het zusje blijft in zichzelf gekeerd en kan (nog) geen contact maken	122

Abortus	123
Misbruik	125
De vader kan de verantwoordelijkheid nemen voor wat hij gedaan heeft.....	126
De vader kan de verantwoordelijkheid niet nemen	128
Zielsdeel na een acuut trauma weer integreren	130
Het zielsdeel kan zich omdraaien en de cliënt aankijken	132
Het zielsdeel blijft in zichzelf gekeerd en kan (nog) geen contact maken.....	133
Zielsdeel na een druppeltrauma weer integreren	134
Een deel van de ziel is bij de doden (1)	141
2. TRANSCRIPTIES VAN OPSTELLINGEN	141
Een deel van de ziel is bij de doden (2)	144
Dochters zorgen voor moeders	148
Ik maak geen deel uit van het oorlogslot van mijn familie	154
Het jappenkamp	157
<i>Oorlog</i>	160
Adoptie	161
Adoptie, ritueel met de biologische ouders	166
Scheiding, lasten dragen van de ouders	170
Afgesplitste zielsdelen (1)	176
Afgesplitste zielsdelen (2)	179
Incest, misbruik vader-dochter	181
Gebukt gaan onder zware lot van de ouders	184
Angst voor de dood	186
Loslaten	191
De ziel van het vaderland	195
Relatieprobleem	198
Werking van de gewetens	203

3. DE GEWETENS	203
Het persoonlijk geweten	204
Binding (erbij horen)	204
Ordering	205
Balans	206
Het collectief geweten	209
Binding (erbij horen)	210
Ordering	211
Balans	212
Het spiritueel geweten	213
Primaire emoties	217
4. DE VERSCHILLENDE EMOTIES	217
Secundaire emoties	218
Overgenomen emoties	219
Meta gevoelens	219
Het nemen van je ouders	223
5. MEDITATIES	223
Verbinden met je voorouders	226
Spiegels	229
Wie ben ik	232
TEN SLOTTE	237

Index

Inleiding

It's

a tool

not

a rule

In de vijftien jaar dat ik werk met familieopstellingen, heb ik gemerkt dat veel collega's en studenten moeite hebben met het vinden van de juiste systemische zinnen binnen familieopstellingen, terwijl dit mede cruciaal kan zijn om iemand te begeleiden naar een helende beweging. Er is blijkbaar behoefte aan een duidelijke leidraad: welke zinnen zijn passend en werkend binnen de dynamieken die zich tonen?

Hoewel dit boek voor iedereen waardevol kan zijn, is het met name bedoeld voor mensen die werken of willen werken met familieopstellingen.

De zinnen zijn geschikt voor alle vormen van familieopstellingen, zowel de zogenaamd klassiekere vormen (waarbij over het algemeen meer zinnen gebruikt worden) alsook de daaruit geëvolueerde vormen zoals de bewegingen van de Geest, waarbij soms geen, soms slechts enkele zinnen gebruikt worden.

Maar ook voor systemisch coachen, opstellingen met poppetjes, vloerankers of opstellingen in de mind zijn de zinnen heel geschikt.

Het goed omgaan met helende zinnen en rituelen vraagt nogal wat van de begeleider. Het vraagt om aanwezig te zijn in jezelf, in harmonie te zijn met het 'spirituele geweten', het vraagt het aanvoelen van het juiste moment voor een interventie, het 'proeven' van de zin voor je die laat uitspreken, het juiste moment om een zin te laten uitspreken, het aanvoelen wanneer de volgende zin uitgesproken dient te worden, of dezelfde zin nog een keer, en nog een keer, en nog een keer. Wanneer laten we de stilte spreken en wanneer dienen we zonder aarzelen handelend op te treden?

Hoewel dezelfde zinnen vaak in gelijk lijkende situaties gebruikt worden, mogen ze nooit routine worden. Routineus handelen in een opstelling betekent dat je niet afgestemd bent, niet in contact met jezelf en daardoor niet in contact met het systeem van de client, met de ziel. Ook na tien opstellingen achter elkaar, die schijnbaar dezelfde situatie weergeven, dient er ieder keer weer ingevoeld te worden of de zin die je al tien keer gebruikt hebt

ook hier weer de juiste is. En omdat je afgestemd bent is die zin voor jou en het systeem van de cliënt iedere keer weer nieuw en krachtig.

Ik heb de meest voorkomende situaties binnen familieopstellingen geschetst, en daar een aantal mogelijke zinnen (en soms ook rituelen) bij toegepast. Zie de volgorde van de zinnen vooral als een mogelijkheid, want ze dienen natuurlijk altijd per situatie aangevoeld te worden. Dit werk is immers fenomenologisch.

Het mag duidelijk zijn dat er meer goede zinnen bestaan die voor systemisch werk gebruikt kunnen worden, dan de zinnen die in dit boek beschreven staan; dit boek is dan ook per definitie niet volledig. Ook zijn de zinnen niet in steen gebeiteld en kunnen ze in de loop der tijd, al naar gelang de inzichten, wat veranderen. Er kunnen nieuwe, krachtige zinnen bijkomen en andere raken misschien wat meer naar de achtergrond. Natuurlijk is iedereen van harte uitgenodigd om te onderzoeken welke zinnen het beste bij je passen en ze waar nodig aan te passen aan je eigen smaak en authenticiteit.

Gebruik vooral ook zinnen die in jezelf opkomen. De effectiviteit is altijd in het moment te bepalen. Waak er alleen wel voor dat ze systemisch effectief zijn, en niet louter emoties oproepen. Wanneer je waarneemt dat de ziel niet beweegt, is de zin niet systemisch effectief.

Een heleboel zinnen van Bert Hellinger blijken nog steeds even krachtig als in het begin van zijn werk, en ik durf dan ook wel te beweren dat dit soort zinnen (vaak wat archaisch) een soort van evergreens zijn. Andere zinnen bewegen misschien wat meer mee met de tijdgeest en met de belevingswereld van de begeleider.

Het belangrijkste van een systemische zin is dat die meer de ziel aanspreekt, en minder het gevoel. Vaak komen er (heftige) emoties los bij familieopstellingen, maar dat is een gevolg van de pijn die loskomt en zeker geen doel op zich. De juiste zinnen bereiken niet de emoties, maar de ziel.

Ik hoop dat dit boek een hulpmiddel is voor iedereen die zich bezighoudt met familieopstellingen. En bedenk alsjeblieft: 'It's a tool, not a rule'.

Ik wil de mensen bedanken die hebben bijgedragen aan dit boek. Een aantal die de grootste inspanningen hebben geleverd, wil ik hier bij naam noemen.

Els van Steijn, Basti Baroncini, Elly Hekman en Joris Udo de Haes voor hun onvolprezen redigeerwerk en aanvullende opmerkingen, Ine van der Aa voor haar zorgvuldig uitgeschreven transcripties, Elly Hekman en Barbara Trappenburg voor de eindredactie, en verder nog alle deelnemers van onze opleidingen in familieopstellingen, die mij regelmatig 'dringend uitgenodigd' hebben tot het schrijven van dit boek. Hun volharding was een stimulans.

Elmer Hendrix

*Wat ons zo vaak in de weg staat,
is het willen weten.*

Leeswijzer

OVER DE INHOUD

Voor het overzicht heb ik het boek in verschillende dynamieken onderverdeeld, maar er zijn natuurlijk ook kruisbestuivingen mogelijk. Bij 'parentificatie' kan ook 'het lot van een ouder dragen' horen met de daarbij behorende zinnen. Je wordt dan ook wel verondersteld enig inzicht te hebben in de verschillende mogelijkheden.

Om het boek niet onnodig dik en onoverzichtelijk te laten worden heb ik een moeder-dochterdialoog niet nog een keer herhaald voor bijvoorbeeld vader-zoon. Daar waar ik in een bepaalde situatie de moeder zinnen laat uitspreken tegen een dochter, kun je dezelfde zinnen ook gebruiken voor moeder-zoon, vader-zoon en vader- dochter. Ook in andere situaties kunnen zinnen met oom, tante, broer, zus, opa, enzovoort naar situatie uitgewisseld worden. Daar waar sprake is van schijnbaar dezelfde dynamieken, maar met subtiele verschillen in de dialoog, staat opnieuw de hele tekst uitgeschreven.

Na hoofdstuk 1, 'Dynamieken binnen opstellingen' vind je in hoofdstuk 2, 'Transcripties' een aantal opstellingen uitgeschreven. Dit zijn familieopstellingen die ik begeleid heb, zodat je ook werkelijke voorbeelden uit de praktijk ter beschikking hebt.

HOE DE ZINNEN TE GEBRUIKEN

De juiste zinnen op het juiste moment werken verbindend en verdiepen de stilte. Je zou kunnen stellen dat de zinnen een drieledig doel hebben.

1. Het op gang brengen van een proces. Het kind (de cliënt) en de moeder staan tegenover elkaar. De cliënt kijkt (met een beetje bozige weerstand) naar zijn moeder, die niet naar de cliënt kijkt en haar armen om zichzelf heen heeft geslagen. Het gaat niet goed met de moeder. Op de vraag; 'hoe is dit voor de zoon?' wordt wat korzelig geantwoord met; 'ja, zo ken ik haar... altijd vol zelfmedelijden'! Wanneer je nu alleen maar de stilte laat spreken gebeurt er meestal niets, behalve dat in het hoofd van de cliënt het verhaal van de 'moeder vol zelfmedelijden' alleen maar meer en meer wordt bevestigd.

Wanneer je nu de zoon alleen maar laat uitspreken; 'mama'.... mama... lieve mama...' komt er ineens een proces op gang bij de cliënt. De secundaire emotie 'boosheid' maakt plaats voor de primaire emotie 'verdriet'. En aangezien het uiten van primaire emoties helend is, is dit voor de cliënt bevrijdend.

2. Het verdiepen van een proces. de volgende zin; 'lieve mama, ik begin me langzaam te realiseren dat ik jou niet redden kan' brengt het proces naar een volgende laag, waarin duidelijk wordt dat de boosheid van de zoon tweeledig is: Enerzijds de machteloosheid van een kind dat het de moeder niet redden kan (en dat frustreert en maakt boos), anderzijds de pijn van het kind dat geen aanwezige moeder heeft, en omdat het verdriet voelen te pijnlijk was, kwam ook daar de secundaire emotie boosheid overheen.

3. Het inzicht krijgen op een cognitief niveau. De zoon is er zich nu bewust van in welke dynamiek hij altijd 'gevangen' heeft gezeten. Niet alleen bewegen bovenstaande zinnen de ziel van de

cliënt, maar er vallen ook de nodige kwartjes. Hij begrijpt ineens dat hij vanuit (onbewuste) loyaliteit naar zijn moeder, haar altijd heeft willen redden. Los van het feit dat dat niet de taak van de zoon is, heeft zijn machteloosheid en verdriet hem ook altijd gefrustreerd (wat zijn boosheid heeft veroorzaakt). Door dat te begrijpen kan hij er nu anders mee omgaan.

Ik heb in dit boek dynamieken geschetst zoals ik ze vaak tegenkom bij familieopstellingen. Het betreft dan altijd het moment waarop proceswerk gedaan dient te worden, zoals het uitspreken van helende zinnen en het uitvoeren van rituelen.

De volgorde waarin zinnen gebruikt dienen te worden is belangrijk, maar dat wil niet zeggen dat ze, zoals beschreven in dit boek, in de juiste volgorde staan voor iedere situatie. Ook wanneer je dit boek gebruikt als hulpmiddel, dien je na te voelen of de zinnen passend zijn en of de volgorde van de zinnen de juiste is voor de situatie waarin jij ze gebruikt.

Ook hoeft je zeker niet alle zinnen die er staan te gebruiken. Soms gebruik ik in één sessie (bijna) alle zinnen, en soms maar een paar of zelfs maar één.

Wanneer er zinnen gebruikt worden tussen bijvoorbeeld een vader en dochter, laat ik een groot deel van de tekst van de vader eerst helemaal 'uitspreken', en daarna de tekst van de dochter. In de opstelling kan dat natuurlijk heel anders zijn. Binnen de dynamiek tussen vader en dochter kan het helemaal kloppen dat de zinnen om en om uitgesproken worden. Dit is natuurlijk altijd afhankelijk van het moment.

Nog een paar tips over het door de cliënt laten uitspreken van de zinnen:

- *Het laten uitspreken van de zinnen is altijd een uitnodiging, nooit een 'moeten'. Maak dit duidelijk aan de client.*

- *Zinnen dienen met een normale stem uitgesproken te worden, zonder stemverheffing, zonder drama.*
- *Wanneer je merkt dat iemand een uitgesproken zin niet meent, zeg je:*

**'Spreek de zin nog een keer uit,
en dan alsof je het meent...'**

- *Wanneer een representant of cliënt twijfel in de stem heeft bij het uitspreken van een zin, zeg je:*

**'Nog een keer,
en dan zonder vraagteken in je stem...'**

- *Wanneer iemand een zin niet kan of wil uitspreken, laat dan eens het tegenovergestelde uitspreken, bijvoorbeeld wanneer een slachtoffer tegen een dader dient te zeggen:*

**ik ben niet beter dan jij...
ook in mij zit geweld...**

Dat wordt dan:

**ik ben beter dan jij...
in mij zit geen geweld, nooit...**

De cliënt of representant voelt meteen dat dat niet klopt, en staat dan over het algemeen meer open om de andere zinnen uit te spreken.

- *Ook is het belangrijk om na te voelen van waaruit weerstand tegen het uitspreken van de zinnen voortkomt. Is het vanuit angst, gehechtheid aan oude beelden of vanuit rationele overwegingen.
Het verschil kunnen navoelen tussen 'drempelvrees', en er (nog) niet aan toe zijn is belangrijk. Drempelvrees dient begripvol aangemoedigd te worden, het 'er (nog) niet aan toe zijn' dient gerespecteerd te worden.*
- *Laat waar mogelijk de zin uitspreken in de taal waar de client zich het diepst mee verbonden voelt. Bijvoorbeeld in het Marrokaans, Turks of Fries.*

Hoofdstuk 1

Dynamieken

binnen

opstellingen

*Alles is onderling verbonden, alles bestaat in
essentie uit energie en is in resonantie.*

*Alles is permanent in ontwikkeling en alles
organiseert zichzelf in een dynamische balans, en
alles is voortdurend in beweging.*

*Wanneer binnen een sociaal systeem patronen zich
blijven herhalen, stagneert de ontwikkeling.*

HET NEMEN VAN DE MOEDER

Met 'het nemen van' wordt bedoeld dat het kind (ook wanneer het al volwassen is) de moeder helemaal aanneemt zoals ze is, zonder enig oordeel, zonder verwijt en zonder enig aanspraak te maken op meer. Je moeder heeft je gegeven wat ze je kon geven. Had ze je meer kúnnen geven, dan had ze dat gedaan. En natuurlijk heb je via je ouders het leven gekregen, en dat is al zo'n geschenk! Dit is een deemoedige houding. Je zegt daarmee ook 'ja' tegen het lot van je moeder en 'ja' tegen je eigen lot.

Op die manier je moeder kunnen nemen, brengt je in verbinding met de stroom van het leven. Je zou kunnen zeggen: het nemen van je moeder betekent ook het nemen van het leven zelf.

Dit nemen van je moeder is één van de belangrijkste bewegingen binnen systemisch werk.

Er kunnen diverse oorzaken zijn waardoor het voor het kind niet mogelijk was om de moeder helemaal en zonder enig oordeel of aanmatiging te kunnen nemen.

Verschillende situaties waardoor het niet mogelijk was om de moeder te nemen:

- De moeder is met een deel van haar ziel bij een overleden persoon.
- De moeder heeft zelf niet kunnen nemen van haar moeder.
- De moeder was of is ziek (lichamelijk of geestelijk).
- Het kind is op zeer jonge leeftijd gescheiden geweest van de moeder (bijvoorbeeld door een opname in het ziekenhuis).
- De moeder was en blijft ontoegankelijk voor het kind.

**DE MOEDER IS MET EEN DEEL VAN HAAR ZIEL BIJ
EEN OVERLEDEN PERSOON**

De moeder kan er voor haar kinderen niet of niet helemaal zijn, ze kan haar kinderen niet echt zien, omdat een deel van haar ziel nog bij een overleden dierbare is. Dat kan haar eigen moeder of vader zijn die is overleden toen de moeder nog heel jong was, dat kan een (tweeling) broertje of -zusje zijn of een eigen kind. Meestal heeft er dan geen rouwproces plaatsgevonden tussen de moeder en de overledene.

Rouwen is de pijn en het verdriet helemaal toelaten, waardoor deze pijn op een natuurlijke manier haar plek krijgt in het leven van de moeder. Wanneer er zo gerouwd kan worden, mag de overledene uiteindelijk ook dood zijn, en kan de moeder weer verder met haar leven. De moeder bij de levenden, de dode bij de doden.

1. Dynamieken binnen opstellingen

Soms is de pijn te groot voor de moeder, en kan ze niet rouwen. Want rouwen betekent ook loslaten. Wanneer dat het geval is, mag de dode niet dood zijn, en is de levende niet vrij om goed verder te leven. Ze zijn nog aan elkaar gebonden.

We gaan nu niet kijken naar de dode waar de moeder innerlijk op gericht is, maar we gaan kijken hoe de verbinding tussen dochter en moeder weer hersteld kan worden, of dat er in ieder geval een helende beweging op gang kan komen.

Wanneer de moeder in de opstelling niet naar de dochter kijkt, maar wegstijgt (naar boven, de verte in, of naar de grond, naar een dode) en zich niet uit zichzelf wil en kan omdraaien naar haar dochter toe, is het een mooie manier om de dochter; **mama, lieve mama uit te laten spreken naar haar moeder. Mama, ik ben je dochter.**

Deze zinnen raken direct de ziel van de moeder en kan maken dat ze zich langzaam losmaakt van datgene waar ze ingebonden was en zich naar haar dochter draait (Ik vind deze manier eleganter en effectiever dan de representant zelf om te draaien, vaak tegen wat weerstand in). Vervolgens wacht en controleer je of ze elkaar helemaal zien kunnen. Dan kan het bijvoorbeeld zo verder gaan:

Dochter

mama, ik ben je dochter, of: lieve mama, ik ben je dochter

Wanneer er bij de dochter veel boosheid zit, eerst die boosheid de ruimte geven door bijvoorbeeld uit te laten spreken:

ik ben zo ontzettend boos op je

En misschien zelfs:

ik ben woedend!

ELMER HENDRIX

Elmer heeft zich na een carrière als karateleraar, ingenieur en projectmanager voor verschillende bedrijven in het binnen- en buitenland, in het systemisch werken gespecialiseerd.

Het geven van workshops, trainingen en opleidingen in systemisch werk is Elmers grootste passie. Voor hem is dit werk diep verbonden met het leven zelf en met onze maatschappij. 'Ik heb ten diepste ervaren wat opstellingen voor mijzelf en anderen kunnen betekenen. Dat maakt dat ik niets liever doe dan dit werk uitdragen en zo een bijdrage leveren aan de groei en bewustwording van mensen.' Elmer heeft samen met zijn vrouw Angeli een opleidingsinstituut in systemisch werk en verzorgt trainingen in het binnen- en buitenland.

Elmer Hendrix

Opleider en opsteller

elmer@ivsw.nl

www.ivsw.nl



INSTITUUT VOOR SYSTEMISCH WERK

Instituut voor Systemisch Werk is een erkend opleidingsinstituut dat zich uitsluitend bezig houdt met het uitdragen van het systemische gedachtegoed door middel van opleidingen, trainingen, workshops en coaching voor individuen en bedrijven.

Meer informatie en contact:

Elmer Hendrix

info@ivsw.nl

www.ivsw.nl



INSTITUUT VOOR
SYSTEMISCH WERK

OOK VAN ELMER HENDRIX

TAO EN DE KUNST VAN FAMILIEOPSTELLINGEN

De juiste innerlijke houding van de opsteller is van essentieel belang bij het begeleiden van opstellingen. De Tao biedt hierin een helder en bijna poëtisch referentiekader die als leidraad kan fungeren voor de opsteller. Het wijst je de weg in het ontwikkelen van je innerlijke houding en hoe deze ten dienste te stellen van het opstellings- en helingsproces van de cliënt. Elmer Hendrix opent in heldere bewoordingen en stap voor stap, de rijkdom aan inzichten die de Tao biedt aan iedere opsteller, coach of therapeut.



“Tao en de kunst van familieopstellingen is een tijdloos boek dat woorden geeft aan universele dynamieken en concepten die ongreepbaar lijken.”

Els van Steijn

Open jezelf voor Tao.

Vertrouw dan op je natuurlijke reacties,
en alles zal op zijn plaats vallen.

Lao Tzu

ISBN 9789083344768

VOLWASSEN WORDEN VOOR VOLWASSENEN

Volwassenheid heeft niet veel met je leeftijd te maken, maar vooral met de mate van je bewustzijn.

Wat mij na meer dan twintig jaar ervaring in het werken met groepen duidelijk is geworden, is dat er maar weinig mensen werkelijk emotioneel volwassen zijn. Biologisch zijn ze uiteraard volwassen, maar veel volwassenen reageren doorgaans vanuit onverwerkte pijn die in de kindertijd is ontstaan, waardoor je nauwelijks van volwassenheid kunt spreken.



De groei naar een volwassen bewustzijn zie ik als een van de belangrijkste bewegingen van deze tijd. Pas wanneer het grootste deel van de mensheid volwassen is geworden, zullen we anders met elkaar, en dus ook anders met de natuur omgaan, omdat we ons dan ten diepste realiseren dat we met alles en iedereen zijn verbonden.

Het doel van dit boek is om je een inzicht te geven in je eigen mate van volwassenheid. Pas wanneer je inzicht hebt gekregen in die aspecten waarin jij nog emotioneel onvolwassen bent, heb je de mogelijkheid om daar mee aan de slag te gaan en om zo je groeipotentieel aan te boren.

ISBN 9789083344744

UITGEVERIJ HET NOORDERLICHT

Welkom in het veld van Het Noorderlicht

Uitgeverij Het Noorderlicht heeft een bijzondere plek in de wereld van systemisch werk, persoonlijke ontwikkeling en coaching. Ontstaan uit het werkveld hebben we de afgelopen twintig jaar tientallen prachtige boeken uitgebracht in co-creatie met diverse specialisten. We organiseren geregeld succesvolle workshops waarin we de kennis uit onze boeken verdiepen en in de praktijk brengen. Dat doen we met auteurs en een keur aan professionals uit diverse vakgebieden. Het Noorderlicht blijft diepgeworteld in de passie om met jou als lezer kennis te delen, je te inspireren en je aan te zetten om 'meters maken' op het gebied van systemisch werk, persoonlijke groei en bewustwording.

Een deel van de boeken en workshops in onze webshop zijn door ons zelf ontwikkeld. Daarnaast hebben we een brede selectie gemaakt van boeken die vaak gebruikt worden bij diverse opleidingen en favoriet zijn bij de auteurs, professionals en opleiders die verbonden zijn met Het Noorderlicht.

Onze webshop is dé plek om je boeken te kopen en interessante workshops te volgen. Door onze unieke plek kunnen we te prachtige combinaties maken van auteurs, opleiders en professionals met een ruime selectie aan boeken en workshops. Verdiep je en laat je inspireren door interviews, podcasts en meer. Kijk verder op www.hetnoorderlicht.com.

Er zijn ook een groot aantal boeken in co-creatie met de auteurs vertaald naar het Engels & Spaans. Deze titels zijn wereldwijd verkrijgbaar via Amazon.

Meer informatie en contact:
contact@hetnoorderlicht.com
www.hetnoorderlicht.com

