

## **Wat jouw (groot-)ouders je aandeden...**

*(Wat is een familieopstelling meer dan een zinloze zielskwellling?)*

**door: dr. Alex Klein**

Je bent opgevoed door je ouders - denk je.

Je bent echter ook opgevoed door je broers en zussen, ooms en tantes. En je bent ook beïnvloed door je opa en oma en zelfs hun ouders. Je neemt hun waarden, geloven en crises over. En je neemt hun onvolkomenheden mee, mee tot in jouw leven van vandaag de dag...

*Ik sprak met een man, midden dertiger. Hij was gelukkig getrouwd, met kinderen. Maar hij zat vast in zijn werk, in zijn relatie en in zichzelf. Uiteindelijk bleek dat hij vastzat door het falen van zijn vader, die zijn onmacht en afwezigheid van zelfvertrouwen kwaadaardig uitte op zijn zoons, waaronder mijn gesprekspartner, die tobde met onzekerheid, met faalangst en met emotionele blokkades.*

### **Familiekwelling**

De invloed van vader en moeder, opa en oma en andere gezinsleden komt vaak naar voren in de ervaringsmethodiek die familieopstelling heet. Je plaatst jezelf (symbolisch) tussen je familieleden, zodat duidelijk wordt welke rol je speelt, welke rol je familieleden spelen en hebben gespeeld en welke impliciete aannames en overtuigingen jij van hen hebt overgenomen. Logisch dat veel vastzittende emoties op deze manier loskomen. Soms zinvol, want het geeft inzicht. Maar vaak is het ook niet meer dan het herbeleven van negativiteit - dat kan toch niet de bedoeling zijn...

*Ik sprak met een vrouw, eind dertig jaar oud, die vastzat in haar werk. Uiteindelijk bleek haar blokkade te komen uit de emoties van haar ouders over de situatie waarin zij terecht waren gekomen. Door de arbeidsongeschiktheid van vader en huisvrouwchap van moeder was er wel geld voor het eten, maar voor niets anders. De schaamte van de ouders voor deze situatie en de impliciete omgangsvorm hiermee voor de kinderen (waaronder mijn gesprekspartner) was de bron voor haar emotionele barrière.*

Het is echt niet genoeg om een blokkade alleen aan het licht te brengen, want alleen door het herbeleven van een schokkende gebeurtenis los je niets op. Er zal ook een alternatief geboden moeten worden. De methodiek van EMDR geeft wat verlichting, maar de emoties rondom de gebeurtenis blijven gewoon bestaan. De methodiek neemt het pijnpunt niet weg...

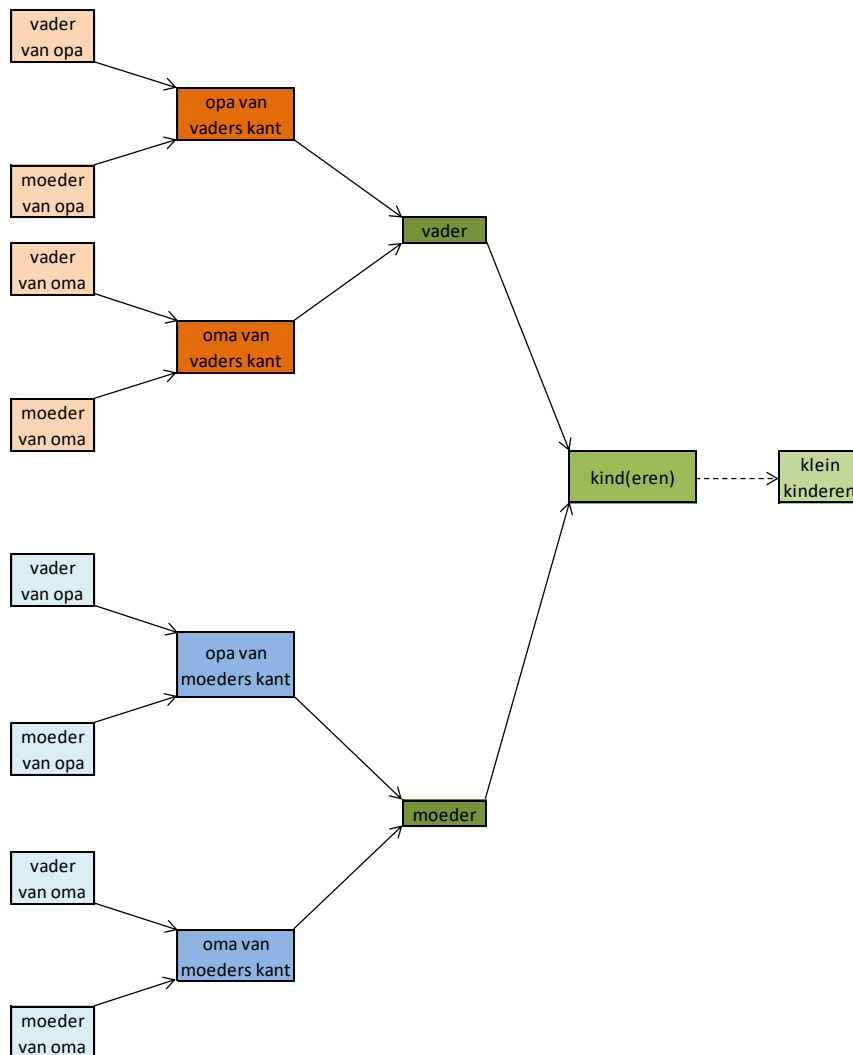
### **Spirituele EMDR**

*Ik sprak met een dame, begin dertig. Heel hoog in haar energie, ontzettend gedreven, op het ziekelijke af. De bron van dit fanatisme was haar moeder, die van háár vader te horen had gekregen dat meisjes niet mochten studeren. Dus wilde moeder dat dochter het extreem goed zou doen op school, tijdens haar studie en ook vandaag de dag nog op haar werk. Opgelegd compensatiegedrag voor het lijden van de moeder.*

In het gesprek hebben we eerst mijn gesprekspartner losgekoppeld van de verziende verwachting van moeder. Daarna hebben we haar overleden opa erbij gehaald om zijn opvatting ten opzichte van vrouwen in het algemeen en zijn dochter in het bijzonder aan te laten passen.

Wat was het gevolg? Mijn gesprekspartner leefde helemaal op. Rust, zekerheid, veel minder stress, veel minder gespannen. Toen eenmaal de beide blokkades waren weggenomen en zij zichzelf leerde kennen van vóór de blokkades - ik noem dit een spirituele EMDR-, was ze de koning te rijk.

Het is opvallend hoe het onvermogen van ouders een blijvende schadelijke impact kan hebben op de kinderen. Het is triest om te zien dat de overtuigingen van grootouders nog doorsijpelen tot aan de kleinkinderen. Soms moet ik meerdere generaties terug om de bron van een huidige blokkade op te sporen en weg te nemen. Heftige en traumatische gebeurtenissen in de levens van de ouders van jouw overgrootouders kunnen zich vandaag de dag nog manifesteren in energetische blokkades in jouw leven. En jij geeft ze door aan jouw kinderen en kleinkinderen...



figuur 1: waterval van beïnvloeding

### Opdracht voor alle ouders!

Door te beseffen welke rollen, crises en verwachtingen je in jouw schoot geworpen kreeg van je opvoeders en hun opvoeders wordt het gemakkelijker om deze blokkades te slechten. Door vervolgens middels een regressie interventie uit te komen vóór het tijdstip van het ontstaan van deze blokkades, hervind je jezelf. Je leert jezelf weer kennen zoals je was voordat je (voor-)ouders of andere familieleden jou allerlei ongemakken oplegden.

Een familieopstelling alleen is niet toereikend om van je trauma's af te komen. Je krijgt meer inzicht, je herbeleeft misschien het een en ander, maar er is meer mogelijk.

De herprogrammeringsmethode EMDR geeft je een andere beleving van een ervaren crisis of trauma, maar het blijft dezelfde wijn in nieuwe zakken. Niet onjuist, wel onvolledig. Door spirituele EMDR te koppelen aan een (gedeeltelijke) familieopstelling in de vorm van een regressie interventie gesprek zal je leven nooit meer hetzelfde zijn - ten positieve, natuurlijk...

En voor alle ouders van nu: besef dat jouw angsten, jouw onzekerheden, jouw blokkades waarschijnlijk een blijvende schade zullen opleveren bij jouw kind(eren). Als doe je het niet voor jezelf, misschien wil je wél voor je nageslacht hulp zoeken bij het doorbreken van jouw energetische barrières.

*Jouw kinderen en kleinkinderen zijn je nu al dankbaar...*

**PS:**

*Je krijgt natuurlijk niet alleen negatieve dingen mee van je (voor-)ouders.*

*De positieve invloed valt niet te onderkennen, maar die leveren over het algemeen geen blokkades op...*