



# DE VERHELDERING

---

## bureau voor levensvaardigheden

### Nieuwsbrief Najaar 2021

#### Het 'we'gevoel

Je komt op de wereld als een klein roze, bruin, zwart, geel, of ander kleur wezen met een geschiedenis die je niet kent. De kleur van je vel geeft al deels aan wat er in de geschiedenis staat van het verhaal van jouw leven.

De plek van je geboorte, jouw geboortegrond, kan de plek zijn waar jouw voorouders begraven zijn. Grond die het vruchtwater van jouw voorouders heeft opgenomen. Grond die doordrenkt is met verleden. Met een verleden die een belofte in zich had: jij.

De taal die je spreekt is doordrenkt met het verleden. Het is doorgegeven door de ouders en de omringende gemeenschap en heeft een langzame verandering ondergaan. Door het uitspreken van de woorden kan gehoord worden bij welke groep je hoort: het dialect. Zo spreken de mensen die op die grond hebben geleefd en voorouders hebben die hetzelfde soort van klanken voortbrachten.

Er kan een verlangen ontstaan naar de geboortegrond als je nu niet op die grond leeft. Een verlangen naar de voorgeschiedenis. Veel mensen ervaren het betreden van deze grond als rustgevend en prettig. Dan ben je er en mag je er zijn. Deze gevoelens leren dat je daar bij hoort, dat je onderdeel bent van deze geschiedenis, van deze familie. Ook al ken je ze niet, heb je ze nog nooit gezien, je bent loyaal aan ze. Je wordt ook opgewonden als je hoort of leest van jouw voorouders die al eeuwen geleden overleden zijn. Elke keer wordt het duidelijk dat je daar bij hoort: een groter 'we' dan de relatie met je partner, groter dan het gezin waar je uit komt.

Het grote van deze samenbrenging van mensen geeft jou persoonlijk een kleiner gevoel, maar het voelt wel dat je deel bent van iets dat groter is. Hoe meer, hoe groter. Hoe meer zielen, hoe meer vreugd. Jij hoort erbij, dus de macht van dit grote maakt dat jij ook macht hebt. Macht over jouw situatie. Door erbij te horen. Het leuke er aan is ook dat jij de macht hebt te zeggen: "Hier hoor ik bij".

*Verder lezen? zie het einde van deze nieuwsbrief.*

---

## Familieopstelling

In een opstellingsworkshop bij de Verheldering ben je altijd verzekerd van het doen van een opstelling als je je daarvoor inschrijft. Een eigen opstelling gaat over een vraag die je hebt. Of over een situatie waar je in zit. Of iets waar je graag van af wil. Of misschien wil je iets bereiken, maar je weet niet hoe. Daarnaast mag je meedoen als representant in de opstelling van anderen. Jij en degenen die zich hebben ingeschreven als representant, kunnen zo maar gevraagd worden om de moeder of vader van een voor jou onbekende persoon te zijn. En plotseling zeg je dingen, die je niet voor mogelijk gehouden had, doe je dingen die je nooit zou doen als je iemand net hebt ontmoet. Je ervaart even dat je die moeder bent...., of de liefde, als je daar voor gevraagd wordt...., of de nieuwe vrouw van de ex van de vraagsteller.... et cetera. Zo kan je van binnenuit ervaren hoe een ander denkt, voelt en beweegt.

Je bent altijd verzekerd van een leerzame en intensieve



Bezoek onze workshops familieopstellingen voor €25 om als representant onze werkwijze te ervaren en door de ervaring veel te leren.

Heeft u een vraag of thema dat u wilt onderzoeken door middel van een opstelling, dan kunt u zich opgeven via de website. De kosten van een familieopstelling: €110. Er worden 5 opstelling per dag gedaan.

U kunt met persoonlijke vragen terecht. Ook met vragen over uw plek binnen een organisatie, of loopbaan. Wij vinden altijd een mogelijkheid om uw thema zodanig het licht te laten zien, dat dit leidt tot nieuwe en

verhelderende inzichten, waarmee er een begin van een verandering kan ontstaan. Dit kan leiden tot een geheel andere manier van beleven van uzelf en uw thema's.

---

## Wil je meer weten over familieopstellingen?

**Dagworkshop 'meer weten over familieopstellingen'**

op zondag **18 september** voor de prijs van €40.

Als je meer wilt weten over opstellingen, hoe een opstelling werkt, hoe een representant weet wat ie moet doen, waarom de begeleider bepaalde zinnen laat uitspreken en wat voor effect dat heeft, kom dan naar de 'Meer weten over familieopstellingen'dag.

Inhoud van de dag:

- Oefeningen om van binnenuit te weten wat de mogelijkheden van een representant zijn.
- Opstellingen met uitleg.
- De kracht van jouw voorouders: de vrouwenlijn of mannenlijn.
- Uitleg van allerlei innerlijke bewegingen en wat familieopstellingen daar mee doen.

Je kunt op deze dag verder kennis maken met de methode, met de Verheldering en met de trainer bij de opleidingen.

**Er gebeurt veel met je, terwijl je alles kunt vragen over de methode en de achtergronden van de fascinerende familieopstellingen.**

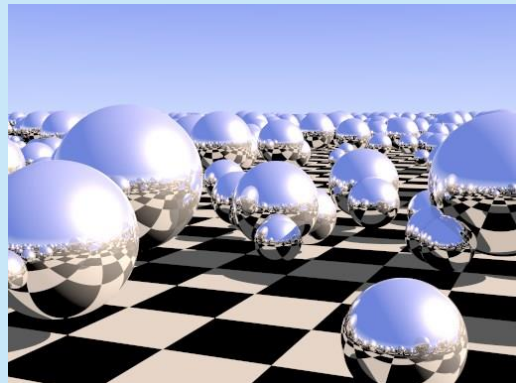
## **Basisopleiding**

### **De weekendopleiding start op 9 oktober.**

Het begeleiden van familie- en organisatieopstellingen vergt een opleiding, oefening en ervaring met de methode. De Verheldering verzorgt de basisopleiding en nodigt alle deelnemers uit om regelmatig ervaring op te doen binnen de workshops. Deze opleiding wordt aangeboden voor €1450. Na deze opleiding is het mogelijk zelf opstellingen te begeleiden, individueel of in een groep, maar het hoeft niet. Velen gebruiken de opleiding als een vorm van ontwikkeling van de eigen mogelijkheden en een groter begrip van de mens en de wereld.

De opleiding bestaat uit:

- 10 dagen opleiding;
- Een 11e dag met een opstelling over een eigen thema of probleem;
- Een grote persoonlijke en vakmatige ontwikkeling;
- Groot inzicht in het werken met systemisch waarnemen;
- Fijne mensen om samen mee opgeleid te worden;
- Een redelijke prijs;



### **Duidelijke theorie, intensief en diepgaand ervaren.**

Leer o.a. over:

1. hoe onze behoefte aan veiligheid en voorspelbaarheid werkt in gedachten en gedrag;
2. hoe onze behoefte erbij te horen veel bepaalt in onze relaties;
3. hoe onze behoefte aan gelijkwaardigheid in geven en nemen zorgt voor evenwicht en ordening in onze relaties;
4. hoe je jezelf, jouw gedachten en gevoelens kunt inzetten voor het proces van een ander;
5. wat er met je gebeurt als je een opstelling begeleidt;
6. wat compassie is;
7. hoe je je kunt ontwikkelen en werken in groep en individueel.

In duidelijke stappen wordt het werken met het systemisch waarnemen aangeboden. Telkens wordt het werken met nieuwe en praktische instrumenten aangeleerd door theorie en ervaren.

**Leer hoe jij een familieopstelling mogelijk maakt en hoe jij de regie houdt terwijl je dienstbaar bent naar degene die bij jou komt voor een opstelling. Individueel of met een groep.**

***Leer representant te worden van  
'de kracht van buiten'.***

---

## Voetstappen in het veld

In Zeist zullen op 4 en 5 september inspiratiedagen worden gehouden.

Deze wordt door Arjan en Arianne Rooyens georganiseerd.

De wereld van het werken met het Systemische Veld is voortdurend in ontwikkeling. Elke beweging maakt- als de tijd daar is- ruimte voor nieuwe bewegingen.

Vaak zijn we als individuen aan het werk.

De reis van de cliënt en de coach of de coach en het bedrijf.

Cliënten leren van ons, wij leren van cliënten.

Soms horen we over collega's, soms lezen we berichten of boeken of zien we fragmenten.

We weten allemaal: horen of lezen raakt veel minder diep dan aanwezig zijn bij dat wat er gedaan wordt. We weten inmiddels al veel van het "wetende veld".

Met elkaar beseffen we de diepte en kracht om op de laag die er toe doet te werken. Maar dat werken.... hóe doen we dat precies?

Waar letten we op, wat nemen we mee, wat zijn de details? Welke nieuwe manieren van werken zijn nog meer mogelijk? Wat gebruiken we uit onze opleidingen, wat kunnen we leren door met elkaar en van elkaars expertise te proeven?

**Precies daar ligt de basis van Voetstappen in het Veld.**



### **Maak (verder) kennis met het systemisch werk**

Je kunt een kaartje voor de ochtend, voor de middag, of voor beiden bestellen.

Het programma in de ochtend zal hetzelfde zijn als in de middag. Maar doordat je uit zes workshops of lezingen per ronde kunt kiezen is er meer dan genoeg keuze als je beide dagdelen wilt komen, of wie weet zelfs beiden dagen. **Laat je inspireren!**

**<https://voetstappeninhetveld.nl>**

---

## ***Masterclass tafelopstellingen, in het bijzonder bronnenopstelling***

Voor begeleiders van opstellingen geeft deze vorm zeer veel inzicht in het individueel systemisch werken.

Je kunt veel kunde en kennis uit deze dag halen als je reeds ervaring hebt met familieopstellingen, in groep of individueel.

Op deze dag leer je niet alleen werken met voorwerpen als representanten voor mensen, projecten, gevoelens en voorkeuren, maar ook met het overzicht van ons handelen.

Beslissingen nemen is niet altijd eenvoudig. Een overzicht van de bronnen waar onze inzichten, herkenningen, pijn en herinneringen uit voort komen en ons plezier in gevonden wordt kan het keuzeproses vergemakkelijken.



**31 oktober**

Start 10:00 uur. Afronding 17:00 uur.

Zie [hier](#) op de webpagina

---

## **Masterclass Organisatieopstellingen 2 oktober Het verschil maken in organisaties**

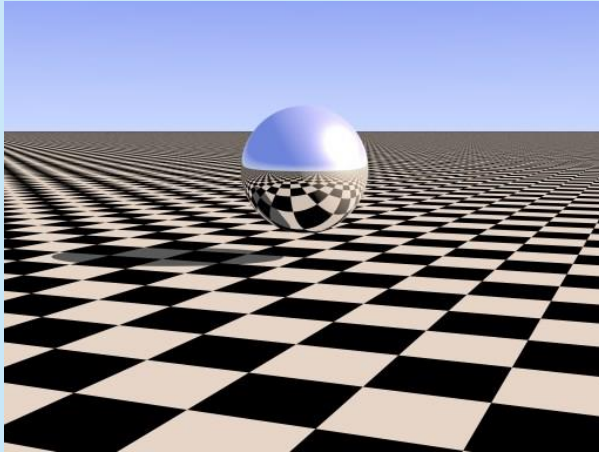
***Met speciale aandacht voor de half-bedekte opstellingen***

In deze class zullen we ons richten op het verschil met 'familieopstellingen', op de speciale rol van de mogelijkmaker van organisatieopstellingen en hoe organisatieopstellingen ingezet kunnen worden. Welk deel van het opstellen zal helpen, wat kan het nabootsen van de werkelijkheid doen voor de organisatie en voor de mensen die er in werken. Ga jij direct naar het doel en naar de pijnpunten of zijn er andere manieren?

We gaan uitzoeken waar het snijpunt ligt voor de opdrachtgever tussen het werken voor een organisatie en het persoonlijke leven. Binnen deze dag zullen voorbeelden van het basale systemisch werken binnen organisaties langs komen. Er zullen achtergronden van jouw persoonlijke voorkeuren als mogelijkmaker van organisatieopstellingen belicht worden. Wat maakt jou en/of de ander tot ondernemer?

Het programma zal gaan over de loyaliteiten van degene die de opstelling begeleidt, over jouw focus en intentie, en over de mogelijkheden van een opstelling voor een organisatie. We doen onderzoekende oefeningen van de dynamieken binnen organisaties en zullen gezamenlijk een half-bedekte opstelling doen.





## ***De Verdieping***

De vervolgopleiding is een 6-daagse verdieping van de basiskennis die je bij de Verheldering of bij een ander instituut hebt opgedaan.

We gaan nog dieper in op wat de mens beweegt.

Leren hoe trauma's en traumatiserende systemen van invloed zijn op onze gedragingen.

We gaan dieper in op hetgeen er in de begeleider gebeurt als hij of zij een opstelling begeleidt.

De nieuwste ontwikkelingen in het systemisch

werk worden ervaren en geleerd.

De invloed van de innerlijke bewegingen van de begeleider worden zeer duidelijk en er wordt geleerd hoe je als een meester deze bewegingen kunt gebruiken. Hoe je je focus kunt houden, terwijl je je intentie blijft onderzoeken.

Heb je bij een ander opleidingscentrum jouw opleiding gedaan? Het is mogelijk om de Verdieping bij de Verheldering te volgen.

**Start op 11 september**

---

## ***Individueel en met z'n tweeën***



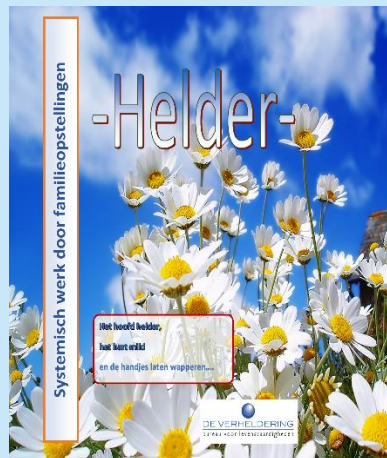
De mogelijkheden van het systemisch werk houden niet op bij het werken in een groep. Individueel kan er gewerkt worden met voorwerpen als representant voor personen, delen van de persoon, gevoelens en andere onderwerpen van gesprek of onderzoek.

Er komen vaak (echt)paren bij me om elkaar weer te vinden, om de relatie beter of makkelijker te laten verlopen. Welke kant dan ook op. Soms is het nodig dat er een 'vertaler' bij is. Iemand die duidelijk kan maken wat de ander bedoelt. Vaak bedoelen we het goed, maar verstaan we elkaar niet altijd. We kunnen systemisch kijken waar je samen in zit. Samen kijken naar waar je heen gaat.  
*Bel gerust voor een afspraak.*

---



## Helder



Voor alle deelnemers is er een magazine. Artikelen over familieopstellingen, over de opleiding, over moeders, over systemen, over allerlei onderwerpen die te maken hebben met systemisch werk.

---

## Vervolg: het 'we'gevoel

Macht ontstaat ook door lid te zijn van andere grote groepen. Religieuze samenkomsten worden ervaren als samenzijn. Vaak door samen terug te kijken in de geschiedenis van degenen die vóór jou al deze vormen van samenzijn hadden ervaren. Door te kijken naar en bezig te zijn met degenen die als grondlegger worden gezien, iemand die verstandige dingen heeft gezegd of wonderbaarlijke dingen heeft gedaan. Of goede regels heeft gegeven voor het overleven van chaos en bedreiging van het leven. Of dingen heeft gezegd, waarbij je kan zeggen dat je het interessant vindt en er meer van wil weten. Samen, in een grote groep met gelijkgezinden, is het makkelijker overleven. Wel moeten de regels en wetten van deze groep gevolgd worden: samenkomsten op bepaalde dagen, geen varkens eten, zuivel en vlees scheiden, je voeten wassen voor je samen komt, voldoende nieuwe leden geboren laten worden, water over baby's sprenkelen, een eigenaardige hoed of doek op je hoofd dragen, bepaalde woorden en liederen opzeggen op momenten dat dat moet, bepaalde woorden juist niet mogen zeggen, een gekleurde stip tussen de wenkbrauwen hebben, een beeld van een bekende oudere neerzetten die iets geweldigs heeft gedaan honderden jaren geleden, of juist niet zo'n beeld neerzetten, een andere taal, die je niet verstaat, aanhoren van de mensen in lange jurken, die er over vertellen.

En omdat de regels zo ingewikkeld zijn, wordt er iemand aangesteld die steeds vertelt hoe het moet. Pastoor, iman, rabbi, dominee, goeroe, pandit, allemaal weten ze hoe de regels zijn of uit te leggen zijn. De onderlinge verschillen maken vaak dat er macht wordt gebruikt om gelijk te hebben. Groepen mensen gaan elkaar te lijf omdat ze denken dat zij, en niet de ander, gelijk heeft. Cruijff zei eens: "Ik geloof niet. In Spanje slaan alle 22 spelers een kruisje voordat ze het veld opkomen. Als het werkt, zal het dus altijd een gelijkspel worden."

Op vele plaatsen wordt je na je geboorte lid gemaakt van een gemeenschap. Je bent dus meteen

beschermd door de grote groep die de waarheid kent van het overleven. Hun vorm van overleven wordt ook de jouwe. Een vorm die misschien al eeuwen doorgegeven wordt.

En je leert de regels van de grote groepen. Van het bedrijf waar je in werkt, van de regels van de snelweg, van de regels van hetgeen we land noemen. Moederland. Of vaderland. Daar hoor je bij. Of je hoort bij een club. Een voetbalclub, bijvoorbeeld. Jij hebt dat besloten of de hele familie, de hele buurt, al je vrienden, je verloofde, hoorden al bij deze club. En dan ben je tegen een andere club. Tegen een sterke club zijn is een manier waarbij de grenzen duidelijk worden van 'wie hoort er allemaal bij' en hoeveel macht hebben we. En de kern van de bezigheden van de club besteden we dan uit aan mensen die we dik betalen, zodat zij ook kunnen laten zien hoe sterk of hoe machtig we zijn.

Of we horen bij een andere grote club die een nog groter geheel moet verdedigen: het leger. Die zijn heel machtig. We hebben aan hen uitbesteed om geweld te gebruiken als wij dat eigenlijk zouden willen doen. Dat doen we omdat we grenzen hebben gelegd tussen de anderen en wij: ons land en het buitenland. En met zo'n klein landje waarin wij wonen, hebben we veel buitenland. Het bijzondere van een grote groep met macht over leven en dood is dat als je er deel van uit gaat maken, je er sterk aan verbonden raakt en wel zodanig dat alle vorige groepen in het niet vallen. Er ontstaat een langdurige drang daar bij te horen. Ook al ben je officieel niet meer verbonden met het leger. De verbondenheid kan zelfs groter zijn dan aan jouw partner of gezin.

Deze verbondenheid is ontstaan door de onderlinge claim op veiligheid. Jij zorgt voor mijn veiligheid, dan zorg ik voor de jouwe. Ik vertrouw je met mijn leven. Als de ander niet oplet, kan jij niet overleven.

Het horen bij groepen zorgt dus voor een 'we'-gevoel. Niet meer alleen en niet meer onbeschermd. We moeten er wel wat voor doen: vriendelijk tegen de medegroepsleden, afstotend tegen degenen die er niet bij horen.

© de Verheldering

*Wilt u meer informatie?*

*Bezoek onze website: [www.verheldering.nl](http://www.verheldering.nl)*

*Of bel 06-21286729.*

*Copyright © 2021 De Verheldering, All rights reserved.*

**Ons mailadres:**

[info@verheldering.nl](mailto:info@verheldering.nl)

[Uitschrijven uit deze verzendlist](#)