

Terugblik op subsessie 2A Ilse Brommersma:

Met een meditatie die Ilse aan het begin van haar bijdrage insprak, kon iedereen voelen hoe belangrijk het is om je plek in te nemen binnen je familiesysteem. Hoe vaste patronen werken. Hoe je een kind bent van je beide ouders (o.a. door je eigen ouders achter je staand voor te stellen).

Die meditatie was er om je ervan bewust te maken dat je 50% van je moeder en 50% van je vader bent. Het kan zomaar zo zijn, dat je daardoor iets wat je misschien gemist hebt in je opvoeding, bij anderen gaat halen.

Patronen zoals te hard lopen, alle ballen hoog houden, je te verantwoordelijk voelen, zijn herkenbaar voor veel ritueelbegeleiders. Ze kunnen te herleiden zijn naar patronen uit je jeugd.

Maar ook het volgende voorbeeld was treffend:

Als bij een echtscheiding bijvoorbeeld via een kind door de ene ouder, de andere ouder (de ex-partner) negatief belicht wordt, dan wordt feitelijk het kind belast met een oordeel/"het niet erkennen" dat ook 50% over dat kind gaat, want die is ook 50% van die ex-partner.

Echtscheidingsrituelen zouden hierin helpend kunnen zijn om juist dát onder de aandacht te brengen.

Als je bij familieproblematiek te veel wilt "helpen", ontnem je de betrokkenen de mogelijkheid om in eigen veerkracht te komen. Het gaat in ons vak over de kunst van het helpen mee te leven en niet mee te lijden.

Uitgangspunten:

- de realiteit is helend
- iedereen hoort erbij

Als een probleem in een familie aanwezig is, zoals een familielid dat buitengesloten wordt, niet naar uitvaart/ bruiloft/ ect mag komen, dan heeft dat negatieve weerslag op familiedynamiek en bij transformatiemomenten in het leven kan dat versterkt opspelen in de emoties. Erkenning van het probleem geeft al rust.

Als het mogelijk blijkt dat iemand wél uitgenodigd wordt, kan betreffende persoon zelf kiezen om er wel of niet bij te zijn.

Maar de kunst van het helpen zit hier ook in loslaten wat niet van jou is. Je kunt ook helpen door bijvoorbeeld bruggen te slaan. Door bijv. te vragen of je contact met die broer of zus die er niet bij is, op kan nemen.

De volgende 3 boeken, geschreven door Els van Steijn, zijn aan te bevelen.

- De Fontein, Vind je plek
- De Fontein, Maak wijze keuzes
- De Fontein, Vier je leven

Via deze link is een podcast van Thijs Lindhout in gesprek met Ilse Brommersma te beluisteren:

[Klink op deze link om de Podcast te beluisteren.](#)