

Familie opstellingen.

Wat kan een workshop familieopstellingen voor je betekenen? En hoe kun je levensvragen die je bezig houden of zelfs je gezondheid onder druk zetten aanpakken? We mogen het zelf ervaren in een workshop familie opstellingen. Samen met Natascha ga ik ervoor naar Amsterdam. Enkele dagen daarna heb ik de kans om de achtergronden uit te zoeken in een interview met de begeleidster van onze workshop: Avital Elbaz. Een bijzondere ervaring en een interview met een bijzondere vrouw.

Door: Pirjo de Winkel

Als we de ruimte binnen komen waar we mee doen aan de workshop hangt er een ontspannen en prettige sfeer. Voor zowel Natscha als voor mij is dit de eerste keer dat we aan zo'n workshops mee doen. Ik heb dan ook weinig concrete ideeën wat ons te wachten staat. Avital begint te vertellen over hoe het werkt en aan welke afspraken we ons moeten houden. Een van de afgesproken regels is dat er niet buiten de ruimte gesproken wordt over de vraag die de cliënt inbrengt. De dame in kwestie (cliënt) noem ik de opsteller. Er zijn naast de opsteller een variabel aantal anderen aanwezig die representanten zijn. Haar vraag wordt besproken. Avital stelt vragen over feiten die in de familie hebben plaatsgevonden met ouders, kinderen, grootouders, etc. Daarna kiest de opsteller een 'vertolker' uit voor haar zelf. De andere representanten worden gaandeweg gekozen als ze aan de hand van vragen naar voren komen. Hoe gek het ook klinkt, als er niet genoeg representanten zijn volstaat een stukje tapijt ook.

Levensvraag

Een geleide meditatie brengt ons in het hier en nu. En verbindt ons met elkaar en met de energie waarin het mogelijk is dit werk te doen. De dame in kwestie kiest iemand uit die haarzelf representeert. De gevraagde mag nee zeggen als het niet goed voelt. De dame die gekozen wordt, heeft het gevoel dat haar leven teveel lijkt op dat van de opsteller en geeft aan het daarom niet aan te durven. Ik ben de volgende die ze vraagt en het geeft een korte spanning. Kan ik dit wel? Avital stelt me gerust; je hoeft niets 'te doen'; de antwoorden komen als vanzelf. Ik doe het graag en besluit te vertrouwen op Avital. Het voelt zelfs als een eer. Al snel nadat de eerste representanten letterlijk 'in stelling' zijn gebracht beginnen we. Ik laat het over me heen komen en al heel snel lijkt het of ik antwoord sta te geven op vragen waar ik helemaal geen antwoord op zou kunnen geven. En toch komen de woorden vloeiend uit mijn mond. Avital werkt met de "traditionele" manier van opstellen in dit opzicht dat ze de regie houdt door vragen te stellen aan iedereen die in de opstelling staat. Wat achteraf blijkt halverwege te zijn, komen de emoties bij de opsteller los en niet alleen bij haar. Ook de mensen in de opstelling voelen emoties, al zijn die niet van hen. Het mooiste van alles komt tegen het einde van de opstelling (na een uur of iets meer). Dan breekt de, opsteller maar daarna is ze als het ware bevrijdt van het grootste deel van haar last. En het allermooiste; ze maakt

de indruk dat ze vol goede moed is om de dingen ten goede te keren. Voor mezelf merk ik dat ik moe ben. Avital leert ons hoe we ons moeten 'ontdoen' van de emoties die niet van ons zijn en die we dus ook niet met ons mee moeten nemen naar huis. Eenmaal terug in de auto ben ik onder de indruk van wat ik ervaren heb. Van wat ik gezien heb bij de dame die zo'n zware vraag had en vol respect dat ze het aandurfde om met 'wildvreemden' te delen wat haar zo bezig houdt.

Achtergrond

Enkele dagen daarna treft ik Avital opnieuw. Ze vraagt meteen hoe ik het ervaren heb en al snel zijn we in gesprek over haar passie: wat je kunt bereiken met familieopstellingen. Ze legt uit: "ik had zelf een volle rugzak die na vele therapieën niet lichter werd. Ik wilde dus op zoek naar een manier die echt verlichting geeft." Avital heeft veel ervaring met allergieën. Haar oudste dochter had veel allergieën. De allergologen konden niet helpen. Rond haar zevende jaar kreeg zij iets wat leek op epileptische aanvallen. Met al haar opleidingen kon ze niet anders doen dan toezien hoe ze bijna onder haar eigen handen stierf, pas veel later ontdekte ze zelf dat deze aanvallen veroorzaakt werden door voedingsallergieën. Ze kent dus de wanhoop van ouders en de woorden: 'ze groeien er el overheen'. Nadat de allergieën door Avital in kaart werden gebracht is haar dochter binnen drie maanden ruim 15 kilo afgevallen zonder problemen toen ze eenmaal weer in balans was. In die tijd had ze nog geen ervaring met familieopstellingen.

NAET

Naast familie opstellingen werkt ze met de NAET methode die vooral gericht is op allergieën. "Dat werkt heel erg goed, het haalt de allergie echt uit het systeem," geeft Avital aan; "het enige punt is dat het soms erg lang duurt voordat alle allergieën geëlimineerd zijn en dat je dan elke week terug moet komen. Mensen hebben moeite om dat op te brengen, zowel qua tijd als financieel. We geven makkelijker geld uit aan spullen dan aan onze gezondheid. Familieopstellingen geven veel sneller verlichting". Dat het snel werkt, heb ik met mijn eigen ogen gezien. Hoe het direct verlichting kan brengen bij een intolerantie of een allergie legt Avital uit: "een allergie wil jou iets laten zien, door familieopstellingen krijg je inzicht waar het vandaan komt". Zelf combineert ze deze twee behandelwijzen bij de behandeling van een allergie of intolerantie. Na de inventarisatie elimineert ze in het dieet de allergieën, gaat ze dan aan het werk om met NAET en familieopstellingen de blokkade (die de allergie is) op te heffen.

Blokkade

Avital legt uit dat een allergie of intolerantie voortkomt uit een blokkade die je moet opheffen. Neem bijvoorbeeld gluten. Familieopstellingen kunnen helpen. Het systeem dat je neerzet kan ook een netwerk weergeven van voedingsmiddelen. Het gaat er dus om te achterhalen welke relatie die gluten hebben tot jou als persoon. Niet de stof is het probleem, maar de reactie van jouw lichaam op de stof. Belangrijk dus om de achterhalen of het gaat om bijvoorbeeld een onverwerkt verdriet, een probleem dat bij je grootouders ligt, etc. Het is dus vaak een onbewust

proces? Avital beaamt: "Ja zeker, ons onderbewustzijn denkt dat het de situatie van 'NU' moet handhaven omdat het goed is zo. We moeten dus dat systeem in verandering brengen en dat gaat op energetisch niveau. Daarom is het vaak ook niet met de huidige wetenschappelijke methodes vast te stellen wat er nu aan de hand is. "

Werking

De werking van de familieopstelling is gebaseerd op de feiten en/of kennis die je hebt van je eigen familie en de energieën die je niet kent omdat ze soms generaties terug gaan. Daarnaast is er het 'wetende veld', waardoor je als representant de antwoorden kunt geven die je niet bewust weet. Tot slot moet de opsteller de kennis en ervaring hebben van het verbinden van deze zaken. Avital voegt toe: "er is gevoel nodig voor wat er in de opstelling gebeurt. Je werkt met de ziel. Ervaring is een belangrijk aspect, je kunt dit alleen goed doen als je het zelf ook vaak je eigen thema's hebt opgesteld." Elke situatie is zeer persoonlijk: "je kunt twee bijna identieke situaties hebben, maar totaal andere onderliggende energieën, dus ook twee heel andere opstellingen en uitkomsten."

Kader:

Avital heeft een tip als je dit zelf ook wilt doen:

- kies de opsteller bewust en zorg dat je er en goed gevoel bij hebt (het is geen beschermd beroep dus vraag door).
- Wat belangrijk is, is dat je de energie niet mee neemt naar huis, check door te vragen hoe iemand dat regelt.
- Ga eerst een keer meedoen als representant, zodat je weet of de werkwijze je bevalt.
- lees op internet e vragenlijst goed door en vraag van te voren bij je familie op wat je niet weet (www.avitalelbaz.nl)
- ga af op ervaringen of meningen van anderen.
- Diploma's zeggen alleen welke cursus of opleiding iemand gedaan heeft, niet wat iemand kan.....

www.avitalelbaz.nl