

# Inge Land

## Familieopstellingen & Relatietherapie & Coaching

### NIEUWSBRIEF VOORJAAR 2019



*Ik hield mijn engel lang bij me  
En hij verkommerde in mijn armen  
Ik streefde hem in mijn groei voorbij  
en opeens was ik het erbarmen  
En hij slechts een sidderend geschrei.  
Toen heb ik hem zijn hemel gegeven  
Mij liet hij de aarde, hij ontsteeg er aan  
Hij leerde te zweven, ik leerde te leven  
En wij hebben langzaam elkaar verstaan.*

*Rainer Maria Rilke*

In 2019 staan belangrijke veranderingen voor de deur: ik neem vanaf de zomer een sabbatical, mijn bedrijfspannd de Vuurvlieg is op zoek naar een nieuwe eigenaar én we gaan deze zomer helaas ook afscheid nemen van Tonny Sikkes, de warme, betrouwbare en onmisbare ondersteuning van mijn werk. Zij heeft heel veel op de achtergrond en op de voorgrond mogelijk gemaakt voor zowel de Vuurvlieg, de workshops, voor mijn praktijk als voor mij persoonlijk! Dat betekent voor ons allebei een grote verandering. Een afscheid dat ook met weemoed gepaard gaat.

Dit afscheid hangt mede samen met mijn besluit om vanaf de zomervakantie een half jaar vrij te nemen (behalve van de Verdiepingscursus). De praktijk zoals ik die in de afgelopen 35 jaar heb neergezet, met o.a. psychotherapie, coaching en Familieopstellingen laat ik los. Hierdoor komt ruimte voor het nieuwe en voor hoe ik in 2020 verder wil. In deze levensfase wordt steeds duidelijker dat ik me wil afstemmen op mijn bezieling en minder op 'moet' dingen.

Begin 2020 ben ik van plan om de 'werk' draad weer op te nemen. Ik verwacht op dit moment dat opstellingen, jaartrajecten en korte consulten daar zeker onderdeel van zullen zijn. Maar wie weet ontstaat er wel iets heel nieuws? Via een winter Nieuwsbrief breng ik je daarvan op de hoogte.

Op mijn website komen namen van mensen waar je eventueel naar toe kunt voor gesprekken of Familieopstellingen.

Je vindt hieronder de laatste mogelijkheden van dit jaar om een Familie of Lip-opstelling te doen en een korte mijmering over groei en/of ontwikkeling.

**De data:** Open workshop Familieopstellingen: 18 en 19 april en 24 en 25 mei 2019  
LIP-Opstellingen: 5 en 6 juli 2019  
LIP voor Paren: 13 april (vol)

### Mijmering over groei en ontwikkeling

Soms staan we voor de keuze: Gaan we voor ontwikkeling of voor comfort? Blijven we veilig en vertrouwd in de haven? Daar waar we het kunnen houden bij zoals we het altijd al deden, wisten, of vonden? Of gaan we op reis, de haven uit, op avontuur waar vanzelf nieuwe vergezichten opdoemen? Daar waar we het niet weten, verrast worden, waar alles ineens anders is en we nieuwe plekken kunnen ontdekken? Of anders gezegd, hopen we dat deze opstelling ons comfort brengt,



bevestiging van hoe we het altijd al zagen, zodat we weer kunnen rusten in onze vertrouwde haven? Of verlangen we naar een nieuw gezichtspunt, een ander perspectief dat alleen maar ontstaat door de haven uit te varen? Staan we open voor ontwikkeling, die ook altijd ontregelt en in de war brengt? Of richten we ons

op groeien?

Wat is eigenlijk het verschil?

Bij **groei** gaat het om een stelselmatige verandering waarbij iets groter wordt binnen hetzelfde systeem. Kijk maar naar de groei zoals die in deze samenleving wordt nagestreefd. Daarin gaat het niet perse om iets nieuws, maar vaak om meer van hetzelfde. Ergens loopt die vast.



**Ontwikkeling** is een 'groei' waarbij op kritische punten structuurveranderingen in het hele systeem plaats vinden. Dan ontstaat een hele nieuwe vorm. Dat **vraagt wel bereidheid om de vorm die we gevonden hebben op te geven**. Kortom de vertrouwde haven te verlaten. Net als in de natuur is er steeds bevruchting van buitenaf nodig. Uitwisseling, kruisbestuiving om de vrucht, het nieuwe 'exemplaar' te laten ontstaan.

Bij ontwikkeling is het nieuwe niet de volgende vorm van hetzelfde. In de haven kunnen we rustig groeien, misschien wordt die zelfs wat krap en benauwd in ons streven naar meer groei. Wat natuurlijk ook de aanleiding kan zijn om

de haven te willen verlaten en op reis te gaan. **Het nieuwe ontstaat pas als we de vertrouwde haven verlaten, we het oude loslaten.** Dat voelt spannend. Want loslaten klinkt nog mooi maar soms sta je helemaal met lege handen. Alles kwijt! Een afbraak van de vorm waar we zo tevreden mee waren, alsof we door de fase van de 'dood' gaan. Daarin **ontstaat iets nieuws en is er sprake van ontwikkeling.**

**Het vasthouden aan de oude vorm, onze angst voor het 'niet weten' en het loslaten** kennen we allemaal. Ook al verkommeren we, we houden vast. Als we willen dat een opstelling onze ontwikkeling faciliteert en ondersteunt (en niet perse onze groei), betekent het dat we oude beelden loslaten zodat we werkelijk binnen kunnen laten komen, wat we tijdens de opstelling zien. En dat mag ons raken en bevruchten, we zijn buiten de vertrouwde haven, zien nieuwe vergezichten, open voor wat ontstaat, zonder die beelden te gaan koesteren als de volgende waarheid.



Ja, help, dat is gaan leven, zonder het oude houvast van hoe je jezelf zag én zonder een nieuw gekoesterd beeld om je weer aan vast te grijpen.

Misschien was je houvast: 'ik had geen plek' wat natuurlijk onzin is. Misschien kon je hem niet innemen belemmert door overtuigingen dat het/jij anders moet zijn. Maar we hebben allemaal een plek. Als opstellingen ons iets hebben laten zien is het dat wel. Of was je houvast: 'ik ben heel gevoelig', terwijl je ziet dat je door alle emoties en de onrust die dat geeft ver verwijderd

bent van het echte voelen. Ver verwijderd van je ziel en veel te open, vervloeid en alles opnemend. Of 'ik wordt niet gezien' terwijl je in de opstelling ziet dat jij de belangrijkste bent die jezelf niet ziet, niet serieus neemt. Of 'ik heb er geen invloed op' terwijl je in de opstelling ziet hoe jij je afwendt. Door te gaan kijken krijg je een ander perspectief.

En ook deze 'waarneming' zijn werk laten doen én weer laten gaan. We kwamen omdat de oude 'beelden' ons beknelden en zochten een nieuwe ingang. Houd de beelden niet te lang bij je, laat het geen 'standbeelden' worden, maar laat je er wel door bevruchten. Benieuwd naar het nieuwe, naar dat wat er door ontstaat.

Dat ga ik zelf ook doen in mijn sabbatical. Ik wens jullie een goed vervolg van dit jaar en mogelijk tot ziens.

Hartelijke groet,

Inge Land