

Lieve mooie mensen,

Is eten een probleem geworden? In een zogenoemde 'opstelling' is het mogelijk de oorzaak te onderzoeken.

Een eetprobleem heeft niets te maken met eten, maar er wil *iets* gezien worden. Zolang je niet ziet wat dat *iets* is, is het eetprobleem alleen maar een bescherming voor je of houvast. De oorzaak van eetstoornissen kan gelegen zijn in liefde en loyaliteit aan iemand in je familiesysteem. Het kan ook te maken hebben met een of meer gebeurtenissen in je eigen leven die je als traumatisch hebt ervaren en die je niet voldoende hebt verwerkt. Als dat zo is, kun je bijna niet op wilskracht je eetpatroon veranderen.

Samen met gelijkgestemden gaan wij via (familie)opstelling op zoek naar de dieper liggende oorzaak. We gaan zichtbaar maken wat tot nu toe onzichtbaar was. Door inzichten te krijgen, is het mogelijk dat er in je systeem iets gaat verschuiven. Een verandering van energie.

In een reeks van zes avonden gaan we met tien personen per avond twee opstellingen doen. Iedereen is een keer een 'vraag inbrenger'. Bij de andere opstellingen ben je representant. Je eigen thema resoneert altijd mee bij iedere opstelling. Kortom; zes helende avonden voor een zeer hardnekkig probleem. De zesde avond staat in het teken van afronden, hoe heb je het ervaren en hoe nu verder.

Als ervaringsdeskundige ken ik de diepe pijn, eenzaamheid en schaamte, maar ook de wanhoop. Tijdens mijn eigen opstelling mocht mij duidelijk worden waar mijn eetprobleem vandaan komt. Welke plek ik had binnen mijn familie, maar vooral wat ik voor anderen heb gedragen. Het voelt als een ware verlossing om nu eindelijk na zoveel jaren te weten hoe het zat, en vooral dat ik alles heb teruggeven wat niet van mij was. Ik gun iedereen dit.

Worstel jij ook met een eetprobleem? Dan ben je van harte welkom.

Het goed hebben met jezelf is het allerbelangrijkste!!!

Liefdevolle warme groet, |
Els Lode

Team Fit met Vera