

Paragnoste Tessa over haar werk

‘Ik ben
geen
bol.com’



*'Ik voel tijdens de consulten een geweldige liefde,
ongeacht wie ik tegenover me heb'*

Het is alweer tien jaar geleden dat de helderziende Tessa van Rossen het populaire televisieprogramma *Het Zesde Zintuig* won. Ze was destijds pas 29, maar had toch al een vol decennium ervaring in het professioneel werken met haar gave. Nu ze een nieuw jubileum viert, schetsen we, mede aan de hand van haar recent verschenen boek *De Kracht van Voelen*, een beeld van haar verworven inzichten. Tessa: "Ik geloof niet dat gelukkig zijn ons enige doel op aarde is."

Tekst: Niels Brummelman

Sinds ze in een schuurtje, de puberteit nauwelijks ontstegen, voorzichtig haar eerste schreden zette op het pad van de paranormale hulpverlening, is er veel veranderd in het leven en in het werk van de Westlandse Tessa van Rossen. En aan de andere kant is veel ook hetzelfde gebleven. Neem de thema's waar ze via cliënten in haar praktijk dagelijks mee geconfronteerd wordt. Tessa: "Liefde, relaties, werk, pijn, ziekte en dood. Daar ging het in de Middeleeuwen ook al over. Wat wel is veranderd, is de manier waarop mensen met dergelijke kwesties omgaan. Een belangrijk deel van de mensheid voelt en weet inmiddels dat er meer is dan alleen de fysieke realiteit die we met onze zintuigen kunnen ervaren. Het paranormale en mediamieke heeft - openlijk - een ruimere bestaansplek verworven binnen de menselijke beleving. Er is zelfs sprake van voorzichtige toenadering tussen geloof en spiritualiteit, lange tijd toch grootheden die zich als water en vuur tot elkaar verhielden. Heel bemoeidigend allemaal! Persoonlijk doe ik wat ik als adolescent ook al deed: het zorgen voor mensen en begeleiden bij zelfgroei en -inzicht. Ik hield en hou van mensen. Dat meen ik echt. Ik word hen nooit beu en voel tijdens de consulten een geweldige liefde, ongeacht wie ik tegenover me heb. Wel hoop ik dat ik de afgelopen jaren beter voor mezelf ben gaan zorgen tijdens de sessies. In de zin van het beter bewaken van mijn grenzen, zodat ik energetisch gezien goed in mijn vel blijf en lichamelijk zo min mogelijk last ervaar. Wel zo prettig, aangezien ik tegenwoordig

ook een gezin van vier jongens run! Maar terwijl ik dit zo zeg, realiseer ik me dat zoiets, in mijn werk althans, bijna onmogelijk en misschien zelfs ook ongewenst is. Om als helderziende je job goed te kunnen doen, is verbinding en contact met de ander immers onontbeerlijk. Dat de energetische grenzen daarbij soms vervagen, is zowel een zegen als een noodzakelijk kwaad."

Het afgelopen jaar verscheen Tessa's 527 pagina's dikke boek *De Kracht van Voelen*. Een werk dat met recht een magnum opus genoemd mag worden. Iets dat je verwacht van een oudgediende die aan het eind van een lange loopbaan terugblijkt en middels het boek zijn of haar filosofische nalatenschap veiligstelt. Maar Tessa is nog geen veertig en nog lang niet van plan om met pensioen te gaan. Ze moet lachen bij de suggestie alleen al: "Toch zeg ik weleens quasi-gekscherend dat ik me qua leeftijd wel tachtig voel. Ik kan me heel goed inleven in mensen, maar heb niet het leven geleid van mensen van mijn leeftijd." Dat lees je terug in het boek, waarin Tessa met de ene na de andere wijsheid op de proppen komt. Ze doet prikkelende uitspraken die tot diep nadenken stemmen. We leggen er een aantal in de vorm van stellingen aan haar voor, zodat zij ze toe kan lichten en wij dieper door kunnen dringen in haar gedachtegang en belevingswereld.

Jezelf zijn is wat je hier komt doen.

Tessa: "Veel mensen worstelen met hun identiteit. Zij hebben van hun omgeving en hun ouders vooral geleerd zich aan te passen. Aanpassen is soms goed, maar leidt in doorgeslagen vorm tot lage eigenwaarde en gering zelfvertrouwen. De crux is deze mensen steeds weer opnieuw te leren zichzelf volledig te accepteren. Dus inclusief de wellicht wat minder fraaie of zelfs ongewenste eigenschappen. Het begin is altijd: kijken waar je staat. Doe je dat niet, dan blijf je je verzetten tegen dat wat is. Zoiets is altijd zinloos, maar kost wel veel energie. Dus: heb je een aapje in je hoofd dat altijd maar kritisch is en vind dat het beter, mooier, sneller en anders moet? Ga niet de strijd aan, maar beschouw 'm daarentegen als jouw adviseur. Laat 'm echter nooit de baas worden, want dát ben jij. Alléén als jij aan het roer staat, kun je bewuste keuzes maken. Anders zijn het anderen, uit je omgeving of in je hoofd, die knopen doorhakken. Hoe je loskomt van conditionering en zelfsabotage? Door bijvoorbeeld wat afstand van jezelf te nemen en gewoon eens - zonder oordeel - te observeren. Door als je boos bent tegen jezelf te zeggen: 'Kijk mij eens boos zijn.' Of bij onzekerheid: 'Kijk mij eens onzeker zijn.' 'Kijk mij eens'... het zijn maar drie woordjes. Maar dat kleine beetje kan een begin zijn. Een begin om via acceptatie naar verandering te komen. En nogmaals: of het nou tegen het ego, de persoonlijkheid of het aapje in je hoofd is, strijd werkt altijd contraproductief."

Egoïsme is niet slecht, het is gezond.

Tessa: “Ja, het woord ‘egoïsme’ is natuurlijk wel een beetje besmet. Maar wat ik bedoel, sluit goed aan op de voorgaande stelling: pas als je durft te kiezen voor wat goed is voor jou, bewaak je je eigen grenzen, ben je eerlijk en sta je in je kracht. Dat maakt dat anderen op je kunnen bouwen en weten waar zij met jou aan toe zijn. Kort en goed: kun je het kiezen voor jezelf in compassie communiceren, dan is gezond egoïsme een prima zaak.”

Onvoorwaardelijke liefde kan schadelijk zijn.

Tessa: “Ook deze stelling gaat over het bewaken van je grenzen. Want het klinkt zo mooi, hè? Zonder voorwaarden iemand koesteren en liefhebben. Maar wat daarbij helaas nogal eens vergeten wordt, is dat compassie begint bij jezelf en vóór jezelf. Wanneer je goed voor jezelf wilt zijn, dan kan het gebeuren dat je, ondanks een karrevracht aan liefde, de ander - dat kan een partner, familielid of vriend zijn - de deur moet wijzen. Uit zelfbescherming. Ergens help je daar de ander op zo'n moment óók mee, aangezien onrecht met de mantel der liefde bedekken doorgaans alleen maar meer onrecht veroorzaakt. Zachte heemeesters maken stinkende wonden, zo zegt men wel. En inderdaad zie ik ze geregeld voorbijtrekken: de codependency-stellen waarin de één zich zo verliest in de ander, dat de verslaving of het ontoelaatbare gedrag van laatstgenoemde wordt getolereerd, gefaciliteerd of zelfs vergoelikt. Liefde kan misschien onvoorwaardelijk zijn. Maar wanneer ze grenzeloos is, ligt het gevaar op de loer. De kwestie doet me denken aan de hardnekkige misverstanden die je in zogenaamd spirituele kringen ook wel tegenkomt over het boeddhisme. Die stroming zou louter verdraagzaamheid prediken. Eén van de belangrijkste lessen uit het boeddhisme - stel grenzen - wordt voor het gemak ondertussen over het hoofd gezien...”

Alles, ook pijn en verdriet, heeft een reden en een doel.

Tessa: “Alles heeft betekenis. Niets is betekenisloos. Daarmee heeft ook alles een reden. Maar pas in het hiernamaals krijgen we een volledig of in elk geval veel beter overzicht daarvan. Wij mensen zijn in een bepaald opzicht zo beperkt. Wanneer ik in trance ga, voel ik de grootsheid van alle dingen, de verbindingen, de logica in alle ervaringen en meer. Op het moment dat ik vervolgens terugkeer in mijzelf, ervaar ik direct de beperkingen. Mijn geest begint weer te kletsen en snapt niet altijd waarom er zoveel onrecht is in het leven! Ik besef dan: ik heb in het dagelijks leven - vergeleken met mijn bewustzijn in trance - het bewustzijn van een ‘koe’. Hoe moet je een koe uitleggen hoe de werkelijkheid in elkaar steekt? Sommige dingen blijven voor ons mensen dus onverklaarbaar en onbegrijpelijk. Bijvoorbeeld waarom er kinderen sterven en het kwaad goede mensen treft. Vaak is er niet één enkele oorzaak voor aan te wijzen en is het eerder een complexe samenloop van omstandigheden. Ook over het doel kunnen we eindeloos speculeren. Zo kan kanker ons helpen met ziekte, leed en verlies om te gaan. Maar ons óók leren lief te hebben en kwetsbaar op te stellen. Het zijn geen onwrikbare wetten die hier gelden. De één gaat na een fatale diagnose pas leven, terwijl de ander begint met afscheid nemen. Over het algemeen zou ik willen stellen: tegenslag kan zijn als mest op je levenspad. Het laat de roos in je - lees: jouw ziel - groeien.”

Het leven is een toneelstuk.

“Wij mensen komen als het ware het toneel van de aarde op en nemen vervolgens diverse rollen aan om de lessen te leren die we voor een belangrijk deel van tevoren hebben vastgesteld. Deze rollen mogen we met verve en veel plezier uitleven, maar ondertussen mogen we ons ook bedenken dat het maskers en poses zijn die afgenomen en afgebroken worden. Het zijn slechts tijdelijke voertuigen van onze ware identiteit. We omhullen ons er voor even mee, maar leggen ze, meestal na de dood, ook weer af. Pas wanneer we ons gaan over-identificeren met één van de rollen, ontstaat er onbalans en vaak ook narigheid. Denk

aan de tijdens zijn leven alsmaar drukke baas, die op zijn sterfbed verzucht dat hij zo weinig heeft meegekregen van zijn opgroeiende kinderen. Het leven is meer dan wat de meesten ervan maken. En er mogen op het toneel misschien goede en slechte acteurs zijn, achter de coulissen is iedereen gelijk. Dát doorzien, is bevrijding.”

Contact met overledenen, is alsof je met één been in het graf staat.

“Het klinkt heel heftig, deze uitspraak. Maar wat ik bedoel te zeggen is dat het werken met overledenen je zowel fysiek als geestelijk uit kan putten. De manier waarop ik werk omhelst vaak ook het gedeeltelijk aanvoelen van de doodsoorzaak. Dit kan ingrijpend zijn. Daarom doe ik dergelijke consulten momenteel nauwelijks meer. Als het spontaan een keer gebeurt of er is een zeer dringende kwestie, dan vind ik het prima. Maar bij geplande sessies zijn de verwachtingen vaak zo hooggespannen, dat ik merk aan mezelf dat ik het moeilijk vind om daaraan te voldoen. Je stelt mensen al gauw teleur als je niet precies met de antwoorden uit het hiernamaals terugkomt die ze verwacht en verlangd hadden. Maar ik ben geen bol.com. Het komt zoals het komt. Overigens heeft elke nabestaande potentieel zelf de mogelijkheid om contact met de overleden dierbare te leggen. Vragen om contact of begeleiding worden zelden tot nooit door gene zijde genegeerd. Wees wel alert op de subtiele signalen die ze aansluitend op je verzoek afgeven: de dromen, de synchroniciteiten, de fluisteringen en de aanrakingen. Wat ik kan doen is mensen helpen leren zich daarvoor open te stellen. Als het ware ‘leeg’ te worden vanbinnen, zodat ze gevuld kunnen worden met of door dat andere. Ik ben tevreden over een consult of een kortdurend traject wanneer cliënten met meer inzicht en perspectief de praktijk verlaten, zelfs als ze dat zelf niet meteen zo ervaren. Als richtingaanwijzer druk ik de knopjes in, waarna het proces zich vervolgens zelf verder ontvouwt. Vaak vallen de kwartjes daarom pas wat later.” •

OP www.paravisiemagazine.nl LEES JE DE UITLEG VAN TESSA BIJ HAAR STELLING DAT HOOGSENSITIEVE MENSEN OP AARDE ZIJN OM DE BALANS TE HERSTELLEN.