

*Ontwarren van energetische verstrikkingen*

# Uit de knoop door opstellingswerk



**Wij mensen zijn geen onbeschreven blad als we ter wereld komen. Wie weet dragen we karma bij ons vanuit vorige levens, die in onze nieuwe incarnatie om uitbalanceren vragen. Zeker is evenwel dat we in meer of mindere mate belast zijn door transgenerationale conflicten en overgeërfde trauma's. Met andere woorden: wat onze voorouders meemaakten en uitspookten, heeft impact op ons in het hier en nu. Die impact kan ervoor zorgen dat wij niet het maximale uit onze levens halen. Om dergelijke blokkades inzichtelijk te krijgen, zijn er de zogenaamde (familie) opstellingen. Medium Tessa van Rossen schreef er een roman over: "Door opstellingenwerk kun je je losmaken van verstrikkingen uit het verleden en je eigen leven gaan leven."**

TEKST: TESSA VAN ROSSEN & NIELS BRUMMELMAN

We kennen Tessa van Rossen natuurlijk allemaal van haar tv-optredens in programma's als 'Het Zesde Zintuig' en 'Het Zesde Zintuig - Plaats Delict', waar ze als medium haar bijzondere kwaliteiten etaleerde. Maar inmiddels is Tessa meer dan een medium alleen. Zo maakt ze in haar praktijk te 's Gravenzande gebruik van cognitieve therapie, EMDR, EFT, ademwerk, voice-dialogue, hypnotherapie en de door haarzelf ontwikkelde methode sentiologie. Maar een kanttekening is wat Tessa betreft op z'n plek daar waar het haar meer mediamieke werk betreft: "Ieder mens heeft zijn eigen intuïtie en inzichten. Daar kan geen medium of paragnost tegenop!" Zelfbekrachtiging van de individuele mens is dus het ultieme oogmerk van al haar werkzaamheden. En opstellingen passen perfect in dat plaatje. "Want", zo stelt ze: "iedereen zou de gelegenheid moeten hebben om zijn of haar systeem te onderzoeken, zodat men vrijer wordt om eigen keuzes te maken. Het wordt namelijk steeds duidelijker dat wij mensen onder invloed staan van vele energievelden. En het systemisch veld is er één van. Opstellingen tonen waar in jouw energieveld blokkades aanwezig zijn. Blokkades die niet door jou veroorzaakt zijn of worden, maar wel van invloed zijn op hoe je je gedraagt en de keuzes die je maakt. Door opstellingenwerk kun je je losmaken van deze verstrikkingen en je eigen leven gaan leven. Op die manier krijgen mensen hun werkelijke invloed terug en leven zij niet het leven van iemand anders."

**Tessa, gefeliciteerd met je nieuwe boek. Een roman nog wel!**

Tessa: "Ik wilde geen technische verhandeling schrijven, met eindeloze toelichtingen op de bij het opstellingenwerk betrokken wetten en dynamieken. In plaats daarvan beschrijf ik in mijn boek levenssituaties en -verhalen waarin thema's voorkomen die ieder mens tegen kan komen in zijn of haar eigen leven. Een makkelijk leesbare roman bereikt in potentie de meeste lezers en wat ik hoop is dat men door het lezen van mijn boek door de eventuele herkenning geïnspireerd raakt en daardoor ook een opstelling gaat doen. Ik ben er namelijk van overtuigd dat het leven daarmee lichter wordt en dat gun ik iedereen."

**En waarom gekozen voor de titel 'De onderstroom'?**

Tessa: "De energie die ik in opstellingen waarneem, is letterlijk een energie die als een onderstroom zijn werk doet. Wanneer je een rivier of zee bekijkt, zie je soms niet hoe sterk een onderstroom is totdat je wordt meegezogen. Zo is dat ook in ons leven. De onderstroom is altijd aanwezig en veroorzaakt dynamieken in je leven zonder dat je het weet. Dynamieken en verstrikkingen die van grote invloed zijn op je leven."

**Hoe kunnen we merken of er in onze eigen levens sprake is van blokkades die voortkomen uit handelingen of emotionele patronen van onze voorouders?**

Tessa: "Wanneer een voorouder bijvoorbeeld onhandige keuzes maakte, kan het zijn dat jij onbewust kampt met de gevolgen. Zo kan het zijn dat je niet succesvol wordt, je relaties steeds stuklopen of dat je moeite hebt met autoriteit. Ander voorbeeld: wanneer jouw voorouders een doodgeboren kindje kregen en niet konden rouwen, kan het zijn dat jij angsten ervaart in je eigen leven. Angst voor verlies, dood of ziekte. Het lijkt alsof we vrij zijn om onze eigen keuzes te maken. Echter, de praktijk wijst vaak anders uit. Soms zijn we trouw aan mensen die we niet kennen. Stel dat één van onze voorouders direct of indirect betrokken is geweest bij een moord. Dan kan het zijn dat jij als nakomeling van deze voorouder je onbewust geïdentificeerd hebt met het slachtoffer. Het leven kan je dan zwaar vallen en een grote worsteling lijken."

*'Opstellingen tonen waar in jouw energieveld blokkades aanwezig zijn'*

*‘Een onderstroom is altijd aanwezig en veroorzaakt dynamieken in je leven zonder dat je het weet’*

#### **Kun je in het kort iets vertellen over je eigen ervaringen met dit thema?**

Tessa: “Oh jee... waar te beginnen? Ik heb een grote verstrikking gehad met één van mijn grootouders en oorlogservaringen. Ik was geïdentificeerd met een overleden kind en had vreselijk veel moeite om daar los van te komen. Tijdens een opstelling werd ik hiervan losgemaakt. Sindsdien voelt mijn leven lichter. Door opstellingenwerk heb ik nog duidelijker de ordering in mijn samengestelde gezin kunnen analyseren en heb ik ontdekt waar ik nog werk te doen had. Ik wil als moeder álles doen om het mijn kinderen goed te laten gaan. Hierin was het voor mij belangrijk om te kijken of ik nog bindingen had met mijn ex-partner waar mijn kinderen eventueel door beïnvloed zouden kunnen worden. Hierin respecteer ik mijn ex en heb ik mijn verwijten en verwachtingen losgelaten. Daarnaast heb ik meerdere malen bepaalde belangrijke levenskeuzes op mogen stellen. Waardoor voor mij duidelijker werd wat ik het beste kon doen. Zo ook met dit boek bijvoorbeeld. Ik wilde weten hoe ik het moest uitgeven en op welke manier. Een opstelling maakte dat duidelijk.”

#### **Dus je gebruikt opstellingen niet alleen om blokkades bloot te leggen, maar ook om belangrijke keuzes te maken?**

Tessa: “Opstellingen helpen mij op verschillende manieren. Wanneer ik steeds een bepaald thema tegenkom en ik stel het op, wordt mij de achtergrond helder. Ik heb

opstellingen mogen doen voor een goede vriend van mij die daarna op wonderbaarlijke manier genas. Dit was heel bijzonder voor mij, omdat ik zelf in deze opstelling als representant deelnam en voelde waardoor de ziekte werd veroorzaakt. De enorme energie die loskwam, zal ik nooit vergeten! Daarnaast gebruik ik opstellingen ook in spiritueel opzicht. Omdat ik als medium kan zien waar bepaalde knelpunten vandaan komen, kom ik sneller tot de kern. Zo heb ik meerdere malen een entiteit kunnen waarnemen die als een soort vloek in een systeem rondwaarde. In plaats van hier bang voor te worden, maakte ik contact met deze entiteit en keek ik wat ik kon doen om deze los te maken opdat het systeem zou helen.”

#### **Hoe gaat zo'n opstelling eigenlijk in z'n werk?**

Tessa: “Er wordt een vraag of probleem met behulp van representanten opgesteld in de ruimte. Iedere representant vertegenwoordigt een persoon of onderdeel van het systeem van de cliënt. Het bijzondere is dat representanten gevoelens en andere sensaties ervaren die behoren bij de persoon die zij vertegenwoordigen. Wetenschappelijk is inmiddels aangetoond dat representanten inwisselbaar zijn. Dat wil zeggen dat wanneer een persoon uit het systeem gerepresenteerd wordt, alle mensen die die positie zouden representeren ongeveer dezelfde sensaties en indrukken ervaren van degenen die zij vertegenwoordigen. Een totale onbekende kan dus dingen voelen die ‘horen’ bij iemand die ze helemaal niet kennen. Tijdens een individuele opstelling fungeer ik als begeleider en als representant. Ook dit geeft inzichten en toont de energie van het systeem. Door systemische wetten en dynamieken te kennen, te onderzoeken en te ordenen en daarbij representanten te verplaatsen of bepaalde zinnen te laten uitspreken, kan een patroon of blokkade in het dagelijks leven van een cliënt worden doorbroken.”

#### **Waarom zouden mensen een (familie)opstelling moeten doen?**

Tessa: “Niets moet natuurlijk. Maar het systemisch werk is een bijzondere methode die steeds populairder wordt. En dat is niet voor niets. Oorzaken van conflicten worden helder gemaakt en oplossingen getoond. Nogmaals: soms



*‘Soms zijn we trouw aan mensen die we niet kennen’*

*‘Wetenschappelijk is aangetoond dat de gevolgen van trauma’s erfelijk zijn’*



liggen de oorzaken van je gedrag en conflicten in je leven niet bij jezelf, maar in je familiesysteem. Wanneer je bijvoorbeeld steeds maar weer gaat zorgen voor de mensen om je heen, je steeds in situaties beland ook al doe je je best het goede te doen, dan kan een familieopstelling behulpzaam zijn. Jouw plek in je gezin, je werk of bedrijf, maar ook overgenomen trauma's, zijn van invloed op hoe je je voelt en gedraagt. Ook de wetenschap houdt zich inmiddels bezig met overdracht tussen generaties. Hier zijn baanbrekende ontdekkingen gedaan waaruit bleek dat onder meer de gevolgen van trauma's erfelijk zijn. Het opstellingswerk sluit aan bij deze resultaten door heel beeldend inzicht te geven in hoe de energie werkt in een systeem. Het is voelbaar en het biedt inzicht en oplossingen.”

#### **Wat zijn de belangrijkste conclusies die in je boek getrokken worden?**

Tessa: “In het boek komt duidelijk naar voren dat er soms oorzaken zijn die buiten jouw gezichtsveld liggen. Dingen die je niet weet en die zich openbaren door een opstelling te doen. Je kunt bijvoorbeeld niet altijd weten dat een voorouder een moord heeft gepleegd, een kind heeft verloren of verkracht is. In een opstelling kom je soms dingen te weten die je inzicht geven. Daarnaast wordt ook duidelijk hoe het leven van je voorouders jou beïnvloedt in het hier en nu. Het lijkt soms ongelooflijk, maar door met systemische energie

te werken, zie je dat er daarna letterlijk zaken veranderen in je huidige leven. Zoals een man die al vijftien jaar geen contact meer had met zijn kinderen. Na een opstelling namen zijn kinderen binnen enkele weken weer contact op. En tot op de dag van vandaag, inmiddels zijn we jaren verder, is dat contact nog altijd prima. Of een ondernemers bedrijf ineens na tien jaar pech wél begon te lopen. Ik heb eens zeven generaties opgesteld om te ontdekken dat een bepaald patroon door al die generaties heen werkzaam was. En in een andere opstelling zag ik hoe een bepaalde ziekte in een familie rondwaarde en waar deze was begonnen. In de opstelling kun je vaak ook zien hoe het verloop van een ziekteproces kan zijn. Het geeft inzicht, vertrouwen en veranderingen in de energie en later, binnen enkele weken tot maanden, ook een fysiek waarneembare verandering.” •



WIN!

Benieuwd naar het boek *De Onderstroom* van medium Tessa? Maak nú kans om het te winnen door een gemotiveerde mail met adresgegevens te sturen naar [paravisie@edicola.nl](mailto:paravisie@edicola.nl)!



**Tessa van Rossum** is intuïtief coach, familieopsteller en traumatherapeut. Ze is moeder van vier zoons en een dochter die haar iedere dag weer verbazen en inspireren. Tessa is bekend geworden door het tv-programma ‘Het zesde Zintuig’, dat ze in 2008 won. Ze deed vervolgens jarenlang mee aan het programma ‘Plaats Delict’ van RTL4. Via haar praktijk, workshops en social-mediakanalen draagt zij haar missie uit: ‘Mensen ont-wikkelen van ballast’. [WWW.TESSA.NL](http://WWW.TESSA.NL). Het boek *De onderstroom* is 14 februari uitgekomen en is verkrijgbaar op de website [www.tessa.nl](http://www.tessa.nl) en bij bol.com.