

Ellen Scheffer komt uit een gezin waarin interesse was op het gebied van spiritualiteit. "Mijn opa was onder meer lid van een spiritistenvereniging en schreef boeken over filosofische onderwerpen. Mijn moeder gaf op latere leeftijd lezingen en workshops over dromen. Ondanks mijn eigen interesse in spirituele zaken dacht ik altijd dat ik zelf helaas geen aanleg voor het paranormale had. Ik was dan ook heel verrast toen ik zestien jaar geleden, zonder daarnaar op zoek te zijn, voor het eerst in contact kwam met mijn spirituele gidsen. Zij lieten me weten dat ik boeken zou gaan schrijven. Dat vond ik maar vreemd, omdat ik werkte als beeldend kunstenaar en helemaal geen behoefte had aan het schrijven van boeken. Ze vertelden me verder dat ik mensen zou gaan begeleiden en via mijn boeken als leraar op spiritueel gebied zou gaan werken. Nu moet je weten dat ik, voordat ik als beeldend kunstenaar aan de slag ging, al vijftien jaar les had gegeven in het kunstonderwijs en er juist mee gestopt was omdat ik daar genoeg van had. Ik had dan ook niet zo'n behoefte aan het begeleiden van mensen."

#### IN DIALOOG MET GIDSEN

Maar vrij snel nadat zij deze informatie gekregen had, kwam de eerste persoon vanzelf op haar weg. "Zij was de eerste van een hele reeks voornamelijk jonge vrouwen die ik in die tijd begeleid heb. Bijvoorbeeld door middel van healing, maar ook door het leggen van de tarotkaarten en het werken met dromen. Ik hoefde zelf niet zoveel te doen, de gidsen deden het meeste werk. Ik vond het wel heel bijzonder om zo met ze samen te werken en het gaf veel voldoening. De informatie over het schrijven van boeken was ik al bijna vergeten toen ik, tien jaar later, een bezoek bracht aan een helderziende, die me vertelde dat mijn gidsen mij via haar verzochten om een boek te gaan schrijven. Ik had echter geen idee waar het over zou moeten gaan. De gidsen lieten me echter weten dat ik er veel hulp bij zou krijgen en het heel leuk zou gaan vinden om te doen. Ik bleef sceptisch, maar veertien dagen later kwam er ineens een eerste zin bij me op. Ik ben vervolgens verder gaan schrijven en heb het verhaal over mijn eigen spirituele ontwikkeling en het contact met mijn gidsen op papier gezet. Toen ik dat af had, vond ik het ▶

# Zelfdoding vanuit het perspectief van de ziel

Zelfdoding is een beladen onderwerp. Ellen Scheffer, die zowel beeldend kunstenaar als spiritueel coach is, heeft er een bijzonder boek over geschreven. Ze hoopt daarmee mensen niet alleen een andere benaderingswijze ten aanzien van dit gevoelige onderwerp aan te reiken, maar ook om schuldgevoelens bij nabestaanden weg te nemen en mensen met dergelijke plannen zinvolle informatie te bieden. In haar knusse dijkwooning in Ooij praat ze vrijuit over suicide, de ziel en incarnatie.

TEKST: ARNE BIJVOETS FOTO: DIANNE GEIJSEN

ParaVisie



## ZELFDODING & DE ZIEL



▲ Ellen Scheffer

absoluut niet genoeg voor een boek. Ineens kreeg ik echter door dat ik in dialoog zou moeten gaan met mijn gidsen, hen vragen moest stellen over hoe je allerlei spirituele thema's in het dagelijks leven toepast. We gebruikten daar ook weer mijn eigen ervaringen en dromen bij en het werd steeds meer een volwaardig boek. Een uitgever ervoer vinden lukte echter niet. Een paar maanden later bleek de reden daarvoor. Het boek was namelijk nog niet af. Ik bleek me opnieuw te moeten openstellen voor mijn gidsen en ze verzochten me op te schrijven wat ze te vertellen hadden over hoe zij met ons werken en ons begeleiden. Toen dat deel af was, werd ik een tijd later ook ineens benaderd door een uitgever, die mijn manuscript in handen had gekregen van iemand anders. Die uitgever, Rinus Roland, vroeg me al vrij snel om een boek over zelfdoding te schrijven. Hij had namelijk van zijn gidsen te horen gekregen dat dat er moest komen. Het moest een boek worden over zelfdoding dat er nog niet was, namelijk geschreven vanuit het perspectief van de ziel en vanuit de gedachte dat we hier op aarde zijn om ons mens-zijn in alle opzichten te beleven en te ervaren en onszelf daardoor steeds verder te ontwikkelen. De evolutie van de ziel op haar reis door levens heen zou de basis moeten zijn van deze manier van het onderwerp benaderen", legt Ellen uit. "Met de reïncarnatiegedachte als uitgangspunt kom je vanzelf tot een totaal andere benadering van het thema zelfdoding. De gebruikelijke benadering gaat er immers vanuit dat je maar één leven hebt, dat ontstaan is door toevallige omstandigheden waaraan je zelf part noch deel hebt. Dan kan het leven dus inderdaad tamelijk zinloos en willekeurig lijken en gaan we ons al snel slachtoffer van het lot voelen."

#### LICHTER MAKEN

Ze vond het een geweldige uitdaging om een dergelijk boek te schrijven. "Zelf had ik vrijwel nooit iets met zelfdoding te maken gehad, ook niet in mijn werk als spiritueel coach. Op zich was

dat eigenlijk een voordeel, omdat ik een toch wel uitermate beladen onderwerp op die manier juist heel objectief kon benaderen. Mijn motivatie daarbij was dat ik het boeiend vond om iets te doen wat nog niet eerder op die manier gedaan was en ik daarmee mogelijk mensen kon helpen hun leed te verzachten. En verder heb ik belangstelling voor de dood. In een droom die ik had, lang voordat ik iets in die richting ondernomen had, hoorde ik dat één van mijn doelen in het leven zou zijn om de dood lichter te maken. Als kunstenaar heb ik huisaltaren gemaakt om overledenen te herdenken. Verder heb ik grote kunstwerken gemaakt voor crematoria en aula's en de inrichting van een uitvaartcentrum verzorgd. Dit boek zou een verdere bijdrage kunnen leveren aan het lichter maken van de dood. Vanwege mijn gebrek aan ervaring met het onderwerp, besloot ik al snel om er andere mensen bij te betrekken: mensen die zelf een suïcidepoging gedaan hadden, maar ook nabestaanden en therapeuten. Mijn gidsen zorgden ervoor dat ik steeds op het goede moment de juiste mensen op mijn pad kreeg om te interviewen. De gesprekken zijn daardoor vrijwel in de volgorde waarin ik ze gehouden heb in het boek terechtgekomen. Ik heb met plezier aan dit boek gewerkt, dat overigens luistert naar de titel 'Zelfdoding in het licht van de ziel'. Soms had ik wel eens de neiging om me daarvoor te verontschuldigen. Kan en mag je wel plezier beleven aan het maken van een boek over zelfdoding? Het is volgens mij echter gelukt er een boek over te schrijven dat fijn is om te lezen en waar je ook nog eens een positief gevoel aan overhoudt, ondanks het zware en zo beladen onderwerp."

#### 'TIME OUT'

"In mijn visie hebben we een ziel die na de dood voortleeft en steeds opnieuw incarneert om ervaring op te doen en zich verder te ontwikkelen", legt Ellen nog eens ter verduidelijking uit. "De ziel kiest bewust voor een leven op aarde en maakt vooraf een soort levensplan, zodat ze de ervaringen op kan doen waarvoor zij in dit leven gekozen heeft. In sommige gevallen zou zelfdoding daar zelfs onderdeel van uit kunnen maken, of als mogelijkheid ingecalculeerd worden. Mede om die reden kunnen we nooit echt oordelen over iemands keuze voor deze vorm van levensbeëindiging. Is een leven om allerlei redenen zo zwaar geworden dat iemand geen uitweg meer ziet, ook niet met hulp, dan kan zelfdoding een manier zijn om eruit te stappen. In een volgend leven krijgen we dan een nieuwe gelegenheid om dezelfde problematiek weer aan te

#### Ze kunnen wel zonder mij...

Jolanda was zich al heel jong bewust van haar contact met andere dimensies. Dat feit heeft haar er toch niet van weerhouden om op haar 27<sup>e</sup> een poging tot zelfdoding te ondernemen. Ondanks alle steun die er vanuit die dimensie is, zul je namelijk toch zelf de problemen in je leven op moeten lossen. Dat de poging mislukte, laat zien dat het voor haar niet de bedoeling was. Ze werd teruggestuurd, het was haar tijd nog niet. De gebeurtenis heeft het bewustwordingsproces van Jolanda wel een flinke impuls gegeven.

#### Een opzienbarende transformatie

Wie Hammie nu ziet, ziet een man die levenslust en liefde uitstraalt. In zijn uiterlijk zijn echter nog de sporen zichtbaar van zijn vroegere leven voor de transformatie die hij heeft ondergaan. Een transformatie die werd ingezet door de zelfdoding van zijn broer Henk. Hammie vertelt dat hij vroeger leefde als een zombie, die de hele dag voor de televisie zat en verslaafd was aan alcohol, softdrugs en junkfood. Hammie weet zeker dat zijn broer hem bij het wijzigen van zijn levensinstelling geholpen heeft vanuit de dimensie waarin hij zich nu bevindt. Nog steeds voelt hij namelijk Henks aanwezigheid en steun.

24 | JULI 2010

ParaVisie

## ZELFDODING & DE ZIEL

'In een volgend leven krijg je een nieuwe gelegenheid om dezelfde problematiek aan te gaan; het is belangrijk om dat te beseffen'

gaan. Je lost er je problemen dus niet mee op. Het is belangrijk voor mensen die met zelfdodingsplannen rondlopen om dat te beseffen. Maar het kan in bepaalde gevallen een 'time out' zijn die je nodig hebt als je echt volkomen bent vastgelopen en de juiste hulp niet beschikbaar is." In Ellens boek komen mensen aan het woord die nabestaanden zijn van personen die een eind aan hun leven gemaakt hebben, mensen die een mislukte poging deden en therapeuten uit het alternatieve circuit die vanuit hun beroep, maar ook vanuit persoonlijk betrokkenheid naar zelfdoding kijken en aangeven hoe zij werken met mensen die geconfronteerd worden met deze problematiek. "De nabestaanden vertellen niet alleen over het verlies dat ze hebben geleden, maar ook hoe het hun leven, ondanks de enorme pijn, toch verrijkt heeft met vaak inzien en meer bewustzijn en hoe het hen een nieuw levensdoel en meer vreugde in het bestaan heeft gegeven. Ook vertellen ze hoe ze baat hebben gehad bij hulp vanuit een alternatieve, meestal spirituele benadering", aldus Ellen.

#### BEHOEFTE VAN DE ZIEL

Opvallend is dat in de meeste interviews de reguliere hulpverlening er vaak niet best vanaf komt. Veel geïnterviewden voelden zich onbegrepen en niet geholpen. De omgeving waar mensen die het leven niet meer zien zitten worden opgevangen, helpt vaak ook niet echt mee om van gedachten te veranderen. Die is namelijk meestal hard en steriel, met weinig aandacht voor de behoeften van de ziel. Ook wordt duidelijk uit de interviews dat de onbespreekbaarheid van de wens tot zelfdoding het verlangen ernaar alleen maar versterkt. Ellen zou dan ook graag een andere hulpverlening zien, één die juist gebaseerd is op begrip en aandacht voor de persoon en zijn wensen, zonder taboes en oordelen, in een warme, vriendelijke omgeving. "Juist binnen de psychiatrie instellingen zou naar mijn idee veel kunnen veranderen. Het is niet voldoende als die veranderingen alleen maar optisch zijn, ze zouden van binnenuit moeten komen. Op zijn minst zouden psychiateren en andere behandelaars zich kunnen gaan verdiepen in de informatie die in mijn boek staat, zoals over

het bestaan van de ziel en reïncarnatie, al is het maar om patiënten die hier zelf voor openstaan beter te kunnen begrijpen. Als iemand uitgaat van de evolutie van de ziel door meandere levens heen, zal hij immers heel anders aankijken tegen zijn patiënten en het proces dat zij doormaken. Daar is echter wel een omslag in denken voor nodig die heel lastig is voor wetenschappelijk geschoolden psychiaters en psychologen. Maar wellicht is het al voldoende als ze zien dat hun patiënten baat hebben bij deze andere benadering en hoeven ze niet per se te geloven in de achterliggende filosofie. Zoals men ook nog steeds niet wetenschappelijk heeft kunnen aantonen waarom bepaalde medicijnen werken, maar ze wel voorgeschreven worden omdat ze effectief blijken te zijn. Het zou ook goed zijn als de reguliere sector de alternatieve behandelaars die in mijn boek aan bod komen en die aantoonbaar goede resultaten behalen, serieus zou nemen. Samenwerkingsverbanden liggen voor de hand, maar daarvoor is een meer open houding wederzijds van groot belang. Wellicht zou een speciale website daarbij een goed idee zijn. Ik ben uiteraard heel benieuwd of mijn boek ook door de reguliere hulpverlening zal worden opgepakt, of dat die het links laat liggen. Er zal in ieder geval heel wat discussie door kunnen ontstaan."

Het mag duidelijk zijn dat Ellen met belangstelling afwacht wat haar boek allemaal teweeg zal brengen. Ondertussen gaat ze door met haar vele werkzaamheden. Ze geeft als spiritueel coach onder meer workshops, zoals een met de titel 'Licht op je Levenspad'. Die sluit eigenlijk wel aardig aan bij de materie uit haar nieuwe boek. ■

#### Twee benaderingen

Daniëlle vertelt over de ervaringen met haar zoon Tom, die ruim een jaar geleden een tweede poging tot zelfdoding ondernam. Een poging die gelukkig opnieuw mislukte. Ze legt uit dat haar zoon vervolgens heel veel baat heeft gehad bij de behandeling van een paranormaal genezender met wie Tom zijn opvattingen over reïncarnatie kon bespreken. Maar ook de gesprekken met een reguliere psychiater hebben in zijn geval goed geholpen. Vooral deze twee benaderingen samen, zijn volgens Daniëlle de sleutel tot het succesvolle verloop van het genezingsproces van haar zoon.

