

Judith van Manen: 'Leeg' Eetstoornis, depressie en de weg omhoog. Uitgeverij Ark Media, Amsterdam 2014. ISBN 9789033800696 (Depressie/Anorexia/Eetproblemen/Spiritualiteit/ ED) Zie ook: www.arkmedia.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Coverttekst: 'Wat als leven iets is geworden wat je lang geleden deed? Als zelfs de mensen dichtbij onbereikbaar ver weg lijken? Wat als je jezelf nog maar met één woord kunt omschrijven: Leeg? Een eetstoornis heeft alles en tegelijkertijd helemaal niets met eten te maken.

Judith van Manen had als tiener al eetproblemen en worstelde met haar zelfbeeld en perfectionisme. Toen ze begin twintig was, groeide dit uit tot een ernstige eetstoornis en een zware depressie. In het autobiografische *Leeg* geeft Judith een realistisch beeld van hoe een eetstoornis zich ontwikkelt, hoe je ook zonder een extreem laag gewicht een ernstige eetstoornis kunt hebben en wat er allemaal achter schuil kan gaan. Tenslotte schrijft ze ook over de hoop die er is: het kan beter worden.' Boek van 125 pagina's.

Over de schrijfster:

Judith van Manen heeft een Mastergraad Theology & Religious Studies. Ze is getrouwd en speelt in haar vrije tijd veld- en zaalvoetbal.

Citaten:

<https://issuu.com/arkmediaamsterdam/docs/9789033800696/1>

Recensies/Extra:

Helene Akkerman, psycholoog: 'Als je wilt weten wat er zich afspeelt in het hoofd van een geliefde of patiënt met een eetstoornis, dan is dit je kans.'

Monique de Visser, GZ Psycholoog Eleos: '(...) In haar boek word je meegenomen in haar wereld van (dwang)gedachten en het ervaren van anorexia als vriend en als vijand. Ook laat ze zien hoe een zichtbaar gezond lichaam een misleidend beeld kan geven van iemand met een hoofd vol chaos en eetstoornisgedachten. Goed om *Leeg* te lezen omdat Judith ook schetst wat ze nodig had van de mensen om haar heen, dichtbij en verder weg. In haar autobiografie beschrijft Judith ook haar worsteling in het geloof tijdens haar ziek zijn. Treffend hoe ze haar boek begint en eindigt met de 'leegte' die je kunt ervaren en hoe die leegte gevuld kan worden door God. Een extra dimensie heeft deze autobiografie door passende bijbelteksten waar de hoofdstukken mee beginnen.'