

Recensent: Inge van Strien

Irma Koerhuis: 'Van depressief naar spiritueel bewustzijn' Uitgeverij Free Musketeers, Zoetermeer 2013. ISBN: 9789048427840.
(Depressie/spiritualiteit/ED/1) Zie ook www.freemusketeers.nl

Soort boek / ziekte / stijl: Dit boek is een autobiografie van Irma Koerhuis. Ze beschrijft in dit boek in wat voor gezin ze opgroeide en hoe haar relatie met haar moeder was. Uiteindelijk leiden verschillende factoren ertoe dat ze in haar pubertijd een ernstige depressie ontwikkeld. Deze depressie komt ze te boven door een spirituele ervaring. De rode draad in dit boek is het ontwikkelen van een eigen identiteit door de invloed van spirituele bronnen gecombineerd met het vermogen om jezelf te kunnen analyseren.

Over de schrijfster: Irma Koerhuis (1964) is geboren in een katholiek gezin. Ze heeft een Indiase vriend en ze runnen samen een Indiase Take Away. Irma heeft in het verleden gewerkt met verstandelijk gehandicapten en ze is NT2 docent geweest. In 2003 heeft ze haar Yoga-diploma behaald en nu is ze werkzaam als Yoga-docent in haar eigen bedrijf IRJA (<http://www.yogadru.com/>). Daarnaast is ze werkzaam voor maatschappelijke en overheidsorganisaties.

Korte beschrijving: Irma Koerhuis groeit met zeven broertje en zusje op in een katholiek ondernemersgezin. In dit boek beschrijft ze hoe ze dit heeft ervaren en welke invloed dit heeft gehad op haar verdere ontwikkeling. Ze licht vooral de moeizame relatie met haar moeder eruit. Als Irma in de pubertijd komt overlijdt haar moeder en mede door haar ziekbed en overlijden raakt Irma in een zware depressie. Om hier bovenop te komen gaat ze na het behalen van haar VWO-diploma met verstandelijk gehandicapten werken en om deze reden verhuist ze naar Oldenzaal. Het werk zorgt er echter voor dat het nog slechter met haar gaat en ze krijgt en ze krijgt dagtherapie van een psychiater. Ondertussen is Irma vooral bezig met zelfanalyse en gaat ze in gedachten vaak terug naar haar kindertijd. Ook is ze veel bezig met onvoorwaardelijke Liefde en spiritualiteit. Na vijf jaar van depressie krijgt ze een bijzondere kosmische ervaring en dit is het begin van een nieuw leven voor Irma. Irma beschrijft deze ervaring en haar zoektocht die haarna volgt naar andere vormen van spiritualiteit. Ze vertelt welke invloed dit alles op de ontwikkeling van haar persoon heeft en hoe haar familie hier tegenaan kijkt en mee om gaat. Het boek eindigt met het feit dat ze vanuit haar ervaringen nu andere mensen verder wil helpen op hun levensweg.

Wat viel op: Dit boek is vooral de analyse van Irma Koerhuis op haar eigen leven en de invloed van haar jeugd en de spirituele ervaringen op haar persoonlijkheidsontwikkeling. Verder schrijft Irma over diverse spirituele stromingen en filosofieën. Ze beperkt zich hierbij niet tot één godsdienstige stroming of richting.

Citaten:

Pag. 17. “In het volwassen leven heeft deze opvoeding dan ook doorgewerkt in de wijze waarop contact verder vorm werd gegeven. Gevoelens in een omgeving waarin je praat in code en daaraan gekoppelde verwachtingen is niet direct het eerste onderwerp wat op de agenda van familiebijeenkomsten staat.”

Pag. 45. “Na een tweetal jaar zo met mezelf bezig te zijn geweest, was ik de wanhoop nabij en kon ik er niet langer tegen dat het leven zo verder zou verlopen. Zittend op de grond at ik alleen nog suiker uit een potje. Hoewel ik ook had geanalyseerd dat dit een compensatie was voor mijn gemiste liefde, kon ik niets beters bedenken. Jezus was de enige bron die mij in die tijd op de been hield.”

Pag. 49-50. “In dat ene moment (*van de kosmische ervaring*) ontving ik zoveel nieuwe krachten, wat verder resoneerde in mijn chakra's. De energie en de beelden waren veelbetekenend, want ook daarna bleef ik contact voelen met andere levens. (...). Ik was totaal verbonden met het hogere kosmische spel en zag de weg om mijn leven te leven vanuit de gedachte van totale onafhankelijkheid, maar wel verbonden met de bron van Jezus.”

Pag. 66. “Mensen die de stilte niet aankunnen of bewust opzoeken vanuit meditatieve of mindfulness behoeften kunnen last hebben van het feit dat ze niet overweg kunnen met hun innerlijke zielsleven. Door jarenlange training heb ik de staat van mijn zielsleven als heel rustig, harmonieus en vredig kunnen ervaren. Maar ook de diepe verbondenheid van liefde en mystieke gevoelens in mijn hart maakt een dag als heel bijzonder om te starten.”

Recensies / extra's:

<http://www.bol.com/nl/p/van-depressief-naar-spiritueel-bewustzijn/9200000010570962/>

Op 27-01-2013 door DickdeJong: “*Irma Koetsier laat in dit boek zien, dat gevoelens, hoewel negatief, kunnen leiden tot een dieper inzicht waardoor je een completer mens wordt. Ze beschrijft haar levensweg met vallen en opstaan op een zeer persoonlijke wijze. Wat dat betreft lijkt de cover symbolisch: op de voorkant de schaduw die ze zelf geeft en de piramide in de zon als de hoogte waarop je wil komen. Op de achterkant een Lotus die open bloeit: haar persoonlijke groei. Een boek dat waard is om te worden gelezen. De schrijfster beschrijft vele herkenbare scènes in haar leven. Goed om te lezen voor mensen die 'verder' willen kijken en leren op hun eigen spirituele weg. Pluspunten: herkenbaar.*”