

José Smit: De droom, de dood en het leven – Een autobiografisch verslag van een psychose

Boekenbent Uitgeverij, Barneveld 2019 ISBN: 9789463282772

Psychose, Spiritualiteit; Perspectief Patiënt

Over het boek:

Een autobiografisch verslag van een spirituele reis n.a.v. een psychose; de schrijfster verkeerde bijna drie en een half jaar in wanen en hallucinaties, getriggerd door kundalini ervaringen en de overgang. Biochemische processen in het lichaam leidden naar die langdurige psychose met verlichtingservaringen; ontwaakten de schrijfster om inzicht te krijgen in haar eigen Zijn. Zij kwam uit bij universele waarheden omtrent het bestaan en de persoonlijkheid. Het sterven van het ego; het persoonlijke zelf speelde daarin een rol alsmede zelfonderzoek naar het ware zijn; wie ben ik en wat ben ik vooral niet? Deze periode bracht veel lijden, met als rode draad schuldgevoelens en angsten, maar ook bevrijding. Want wie nog kon leven was niet meer dezelfde persoon, het persoonlijke hoorde bij niemand meer, maar eenheid met al wat Is was wat ervaren werd. De schrijfster werd zo geleid aan zelfonderzoek te doen en nieuwe waarden te vinden in de vragen wie ben ik, wat is het Zelf? De schrijfster ontsnapte op een haar na aan de dood en heeft ervaren wat het is om afscheid van het leven te nemen. Dat psychose ook zinvol kan zijn, daarover gaat dit boek. Dat kundalini een rol kan spelen bij psychische aandoeningen, ook daarover gaat dit boek en dat tenslotte de overgang een heleboel los kan maken met psychosen als gevolg, ook dat wordt hier beschreven. Hoe het is om een psychose te hebben wordt duidelijk in dit schrijven. Iedere psychose heeft je wat te vertellen. Het leven is een droom, een psychose is ook vergelijkbaar met een droom. Na het innerlijk sterven kun je ontwaakt een nieuw leven ervaren. Je persoonlijke verhaal is niet meer waarmee je je identificeert, maar je bent open gegaan. Je grijpt niet meer, maar laat alles door je heen gaan als een kanaal waardoorheen alles stroomt.

Over de auteur:

José Smit is sociaal pedagogisch hulpverleenster, coach, reikibehandelaar en ervaren in kundalini belevingen. Zij werkt nu als schrijfster en als ervaringsgenoot met haar persoonlijke verhaal om anderen in psychiatrie en met soortgelijke ervaringen een hart onder de riem te steken. Psychose is niet alleen maar slachtoffer zijn van iets rampzaligs, maar een psychose kan ook zinvol zijn. Het komt je iets vertellen. Wie de taal van de psychose leert spreken kan voor zichzelf veel waarheden vinden die je kunnen helpen met en naar je leven. Nieuwe inzichten ontstaan over wie je werkelijk bent.

Inzien:

Het boek kun je [hier](#) inzien

Extra en recensies: In dit krantenartikel lees je meer over de zingeving die José Smit vond tijdens het schrijven over haar psychose.