

### **Boeksignalement**

Het boek 'Zelfhelend Vermogen bij Psychische Klachten' van Sylvia I. Saakes slaat een brug tussen de klassieke geestelijke gezondheidszorg en de alternatieve gezondheidszorg. Het staat vol met concrete voorbeelden hoe alternatieve methoden een plaats hebben gekregen, complementair, in de vanouds bestaande GGZ-zorg. Het boek gaat over de essentie van zelfhelend vermogen en ruimt royaal plaats in voor de spirituele aspecten daarvan, zoals diverse meditatie-technieken. Ook Osho's visie komt daarbij in de verschillende hoofdstukken ter sprake, o.m. in het persoonlijke verhaal van de schrijfster, toen zij Poona bezocht. Het hoofdstuk 'Onderzoek en Wetenschap' geeft een uiterst instructief overzicht van hoe dogmatische religie bezig is plaats te maken voor het individuele religieuze bewustzijn van New Age, in ruime zin genomen. Kortom, het boek is een 'must' voor ieder die zich bezig houdt met lichaamswerk, therapie en meditatie en op de hoogte wil zijn van de nieuwste ontwikkelingen op dit gebied. Uitg. ZWERK, Houten (U), 312 pp.

---