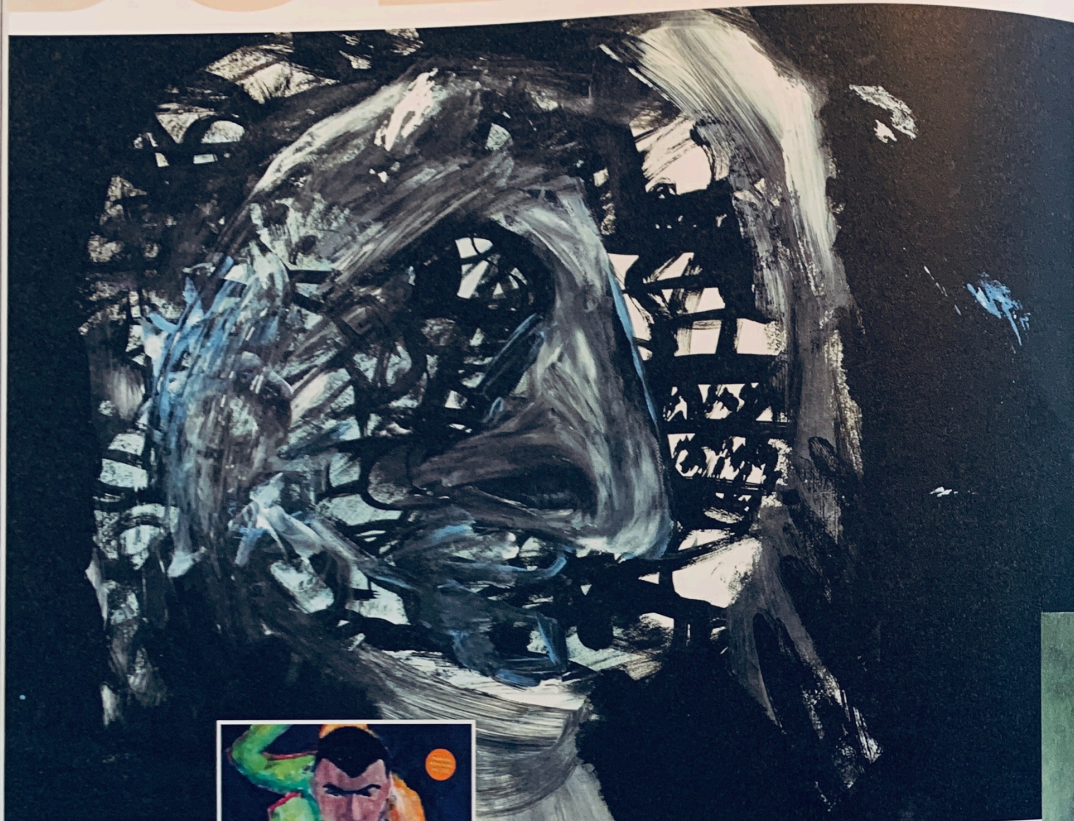




Mirjam Peters
Kunst van Manie
en Depressie

Een ander hulpboek

Kunst van Manie en Depressie

Door Mirjam Peters

Uitgeverij de Graaff, 120 p.

Recensent: Vittorio Busato

Beeldend kunstenaar en industrieel ontwerper Mirjam Peters is gediagnosticeerd met een bipolaire I stoornis. Ze was twintig toen ze voor het eerst werd opgenomen. Sindsdien heeft ze diverse manische en depressieve periodes doorgemaakt, en naar eigen zeggen heeft ze gelukkig het allergrootste deel van haar tijd nergens last van. Zoals ze in het voorwoord van haar *Kunst van Manie en Depressie*

schrijft: 'Ik heb gestudeerd en heb fijn werk, ben getrouwd en heb vrienden, zoals de meeste mensen.'

Zoals er mensen zijn die dingen van zich afschrijven, zo schildert en tekent Peters dingen van zich af. Daaraan ziet zij precies hoe ze zich voelt. Na haar laatste opname heeft ze op congressen en in herstelwerkplaatsen haar verhaal verteld via dia's van haar schilderijen. Daarbij kreeg ze vaak te horen dat

'Een beeld zegt meer
dan 1000 woorden of
100 psychiaters'



mensen zich in haar werk herkenden, ook al hadden ze een heel ander persoonlijk verhaal.

'Een beeld zegt meer dan 1000 woorden of 100 psychiaters,' aldus Peters. 'Veel mensen met een bipolaire stoornis zijn beelddenkers en verreweg de meeste hulp is in woorden.' Daarom is het hoog tijd voor een boek als het hare, aldus Peters, die haar boek heeft opgedeeld in de delen Manie, Depressie en

Herstel. 'Het is dus eigenlijk een zelfhulpboek! En een anderhulpboek! En gewoon mooi, hoop ik.'

Dat is het zeker. En intens ook, getuige deze drie voorbeelden, uit elk deel één. Omdat beelden inderdaad vaak meer zeggen dan woorden.

