

Interview met Thea van Irsen van Elburg

Ooit zei een van de kuurgasten: "Hoe anders zou de wereld eruit zien als de wereldleiders hier twee weken met elkaar zouden doorbrengen."

Als ik rijk was, zou ik ieder die me dierbaar was er naar toe willen sturen! Dit jaar - 2016 - was voor mij al de zeventiende keer. Waarom zou ik ergens anders heen gaan? Je kunt me een kuurweek in een luxe resort aanbieden, maar ik zou toch kiezen voor De Schouw. Het verblijf is voor mij echt een cadeau voor mijzelf, aandacht voor mijzelf. Al op het moment dat ik het eiland Schouwen Duivenland op rijdt, glijdt alles van me af: "Heerlijk, een hele week ontspannen en genieten."

Ik voel me er inmiddels thuis. Al bij binnenkomst zie ik de prachtige gang, voel de sfeer en voel me welkom.

Toen ik nog volop werkte, ging ik vaak de eerste week van mijn vakantie naar De Schouw. De afsluiting van een drukke periode en een goed begin van een periode rust en ontspanning.

Kuren is voor mij reinigen op elk gebied: schoonmaken en schoon worden. De innerlijke beleving, het toelaten en loslaten van pijn en verdriet naast een totale reiniging van het lichaam. En dat in een aandachts- en liefdevolle omgeving omringd door fantastische begeleiders. Het heeft me ontzettend veel goed gedaan.

Een heftige gebeurtenis

In 1988 is mijn man verongelukt. Onze kinderen waren destijds tien en twaalf jaar. Dat was een heel verdrietige en moeilijke tijd. In die jaren daarna was de aandacht en zorg voor mijn kinderen het belangrijkste, maar nadat ons leven na ongeveer vijf jaar weer op de rails stond, belandde ik een



depressie. Na een paar jaar therapie wilde ik meer inzicht krijgen in de processen die in mij werkten en kwam terecht bij Stichting De Voorde. Een vormings- en bezinningscentrum opgericht door Marcel Derkse en destijds gevestigd in een oud klooster in Stijl, Limburg. Na mijn derde bezoek in 1999 attendeerde iemand mij op De Schouw en na haar uitleg dacht ik: "Dat ga ik absoluut een keer doen."

Eerste keer Schouwen

Mijn eerste bezoek aan De Schouw was in het jaar 2000. Het was confronterend: ik had me ingelezen en had ook goed afgebouwd, maar wist toch niet precies wat me te wachten stond. Ik herinner me nog de eerste Kneipse begieting in een Spartaanse ruimte, waar we in een bak met stenen moesten gaan staan. De eerste drie dagen waren niet zo leuk, maar de vierde dag begon ik me heel goed te voelen.

De speciale, liefdevolle sfeer, de massages, die veel intenser waren dan ik gewend was, heerlijk! Alle aandacht alleen voor jou, het raakte me diep. En er kwam die keer ook al

heel veel los: vooral veel verdriet over het verlies van mijn man.

Goed voor iedereen

De tweede keer heb ik mijn dochter meegenomen. Zij heeft een fantastische week gehad, ondanks dat ze de eerste dagen toch erg ziek was. Zij gaat nu ook regelmatig naar de Schouw, maar gaan we niet meer samen. Het is fijn om al je aandacht alleen op jezelf te kunnen richten. En die mogelijkheid, die ruimte en liefde krijg je daar.

Je echt te realiseren van wat doe ik, hoe pak ik de dingen aan, hoe maak ik heldere keuzes, hoe werken de patronen waar ik in zit.

Maar natuurlijk ook bewustwording van de voeding die je tot je neemt en de manier waarop je leeft.



Genieten

De kuurweek is elke keer anders, maar altijd liefdevol gedragen door de begeleiders. Zij doen het met hart en ziel. Dat geeft een warm, vertrouwd en veilig gevoel.

Ik kom dus sinds het jaar 2000 en in de afgelopen jaren heb ik nog veel zware en moeilijke periodes gekend, twee keer kanker doorstaan, het verlies van twee goede vriendinnen en een scheiding.

Verzekering

In het begin werden de behandelingen en consulten totaal niet vergoed door de zorgverzekering. Ik heb hen toen geschreven

dat, door jaarlijks naar De Schouw te gaan ik hen veel medische kosten had bespaard. Nu wordt er inmiddels een deel van de kuurweek vergoed.

Maar de laatste jaren kom ik vooral alleen om te genieten. Ik sta redelijk nuchter in het leven en ben ontzettend dankbaar voor al het goede wat het leven mij nu geeft.

Zoveel goede dingen nam ik vanuit De Schouw mee. Ik leef nu gezond, eet gezond (natuurlijk ook weleens ongezond, vooral richting de feestmaand december, met al zijn heerlijkheden) maar ik ben me ervan bewust en ik geniet ervan!

Favorieten

Het bewegen is heerlijk, vooral de yoga, de pakkingen, het wandelen in stilte en de tochten op het strand en het bewegen op muziek. Tja, de klysmas zijn niet mijn favoriete behandelingen, maar ze maken me wel goed schoon.

De massages! De vierhandsmassage bijvoorbeeld, ik voelde me op een gegeven moment gewoon zweven. Het was puur genieten en daarna de ontroering van een geweldig moment dat we samen ervaren hadden. Bij een andere massage werd mijn intuïtief vermogen geprikkeld en kreeg ik prachtige beelden. Er zijn veel verschillende masseurs, ieder met zijn eigen manier van masseren en ook dat is heerlijk.

Stralen na het kuren

Er zijn vrienden die het niet begrijpen dat ik zo'n trouwe bezoeker ben. Ze denken dat ik het misschien vooral doe om in korte tijd af te vallen (dat is inderdaad een prettige bijkomstigheid). Mijn broers maken er altijd grappen over: "Betalen om niets te eten!".

Maar na het kuren zegt iedereen: "Wat zie je er goed uit!"

Het zou een goed idee zijn om de eerste zondag van de kuurweek een foto van alle kuurgasten te maken en daarna op de laatste vrijdagochtend weer. Je ziet dan echt een groot verschil: iedereen is mooier geworden, ogen stralen, de uitstraling is zachter geworden, ieder is zo mooi zichzelf. Je voelt je helemaal schoon en vol nieuwe energie.

Na de opbouw thuis, houd ik het profijt van het vasten lang vast. Natuurlijk ligt het aan de levensfase waarin je zit. Als je weer volop gaat werken, houdt je het misschien wat moeilijker vast, maar nu ik moet pensioen ben, gaat het veel gemakkelijker.

"Ik ben een dankbaar mens, dat ik gezond ben en dat ik nu zo mag genieten en het allemaal kan doen!!!"

Een bevoorrecht mens



Ik ben moeder, oma, zus, schoonzus en vriendin. Ik sport veel, heb hobby's, een druk sociaal leven en ik doe vrijwilligerswerk in een hospice en in een museum. Dus toch nog druk, maar helemaal happy. Ik realiseer me elke dag hoe waardevol het is om gezond te zijn. Ik ben een bevoorrecht mens!

Met dank aan Thea van Irsen van Elburg
Myrthe Oudejans