

# ‘Door het schrijven heb ik mezelf teruggevonden’



© DAVID PLUS

Terwijl **Aniana Taelman** (1974) als een bezetene werkt om op elk vlak in haar leven succes na te streven, beseft ze tijdens een burn-out dat ze daarmee vooral een onverwerkt trauma op afstand heeft gehouden. Met haar debuut *Het einde is nu*, schrijft ze over haar vroeg dementerende moeder en komt de zelfmoord van haar vader naar boven. Een intens schrijfproces dat zelfs tot de oprichting van een online community leidde.

Door Ricardo Jupijn

Ik heb er in mijn leven nooit over gedacht om te gaan schrijven, tot ik in 2014 de keuze maakte om uit het bedrijfsleven te stappen. Als zakenvrouw werkte ik op directieniveau, maar ik wilde niet alleen maar bedrijven beter maken. Ik voelde een behoefte om meer voor de mensheid te betekenen. In eerste instantie wilde ik een boek schrijven over het dementieproces en de dood van mijn moeder, om zodoende mensen bewust te maken van de desastreuze gevolgen, voor zowel de patiënt als de naasten. Niet

lang nadat ik daaraan begonnen was, kwam plots de zelfmoord van mijn vader naar boven. Ik zag dat totaal niet aankomen... Twintig jaar lang heb ik dat volledig geblokkeerd. Het heeft mij drie jaar gekost om alles op te schrijven, er kwam zoveel naar boven. Duizend keer heb ik het op willen geven. Het was echt een gevecht met mijzelf, eindelijk durfde ik alles in de ogen te kijken. Niet dat ik ben gaan schrijven om therapeutische redenen, maar het bleek de manier te zijn om gebeurtenissen te verwerken en vooruit te komen. Ik wist niet meer wie ik nou eigenlijk was, door het schrijven heb ik mijzelf teruggevonden. Het was zwaar, maar ik wilde mij bevrijden van angst en verdriet. Daarom de titel *Het einde is nu*: er is genoeg dood geweest in mijn leven, ik wil weer leven. En het heeft

geholpen. Zozeer dat ik aan het einde van het schrijfproces merkte dat het meer dan een boek was, het veranderde in een missie. Om die reden heb ik met mijn man een online community opgezet: Geluk Na Zelfmoord. Door middel van blogs, podcasts en video's zal ik, als ervaringsdeskundige, anderen meenemen in mijn verhaal om hen te inspireren tot positieve verandering in hun leven. Ik ben blij dat ik heb volgehouden, voor mij begint er een totaal nieuw tijdperk. Natuurlijk, het schrijven kan frustreren als het lang duurt of je er niet uitkomt, maar zoek dan naar manieren om verder te kunnen. Als je écht wilt, dan moet je doorgaan. De voldoening die je hebt als je een boek afrondt, die is zoveel groter dan de korte vreugde die je misschien voelt als je het uit handen laat vallen.' ■