

Mary-Jane Sahanaja: Betoverende pijn - Een reis door de vier seizoenen naar herstel van ptss, Uitgeverij Boekscout, Soest, 2020, ISBN: 9789464032192 (Post traumatische stress stoornis (PTSS), Emoties, Hulpverleningsrelatie, ED)

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Betoverende pijn verhaalt over een reis door de vier seizoenen. De hoofdpersoon is in haar jeugd betoverd en zoekt een tegenspreuk. De reis start in de winter, waar zij ooit verdween in een zelfopgelegde gevangenis en voert de lezer naar de lente om er daar achter te komen dat ze nog steeds leeft bevroren in de tijd: het eeuwige zwart wit. Lukt het haar te ontsnappen en de tegenspreuk te vinden? Reis mee! De gedichten zijn door Mary-Jane geschreven over een periode van vier jaar, waarin zij intensieve therapie onderging voor een complexe posttraumatische stressstoornis. Ondanks de zwaarte van het onderwerp, bieden de gedichten herkenning, troost en hoop. Haar boodschap is duidelijk: durf je angst in de ogen te kijken.

Over de auteur:

Mary-Jane Sahanaja (1971) komt uit Amsterdam en is gek op sprookjes. Ze las haar drie kinderen vaak voor uit de sprookjesboeken, die zij zelf als kind cadeau had gekregen. Het kon ook niet anders dan dat het verhaal over haar reis naar herstel in de vorm van een sprookje moest worden geschreven. Het betreft het eeuwenoude verhaal over de strijd tussen goed en kwaad: het verhaal van Betoverende pijn. Het schrijven van gedichten is voor haar een manier om gevoelens en gedachten te ordenen, maar ook om met haar fantasie aan de slag te gaan en iets nieuws te creëren. De gedichten in deze bundel zijn over een periode van vier jaar geschreven, waarin Mary-Jane in therapie met haar diepste angsten afrekende. Haar reis is echter nog niet ten einde, ze heeft namelijk veel meegemaakt. Deze bundel is een mooi tussenstation en de gedichten zijn geschreven vanuit haar hart, voor lotgenoten en iedereen die van gedichten houdt.

Eerder verscheen van Sahanaja [Het labyrint van mijn gedachten \(2013\)](#).

Inzien:

Winter
Alles lijkt stil
Sneeuw dempt de echo
In mijn hoofd
Niemand hoort mijn schreeuw
Bevroren
In de tijd
Glimlach ik naar iedereen

(meer op <https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=10694>)