

INSPIRATIE GEZOCHT?

Welke stap ga jij zetten om je dromen waar te maken? Op mijn site kun je heel veel **gratis** materiaal vinden.

- [schrijfveren](#)
- [heldenreis](#)
- [schrijftips](#)
- [artikelen](#) met schrijftips
- [schrijfboek](#)-besprekingen
- [TAW](#)-artikelen
- [interview](#) over TAW
- [interview](#) over Heldenin's Reis

Mijn [cursussen en e-books](#) kosten maar een **tientje**, en staan stikvol inspiratie.

Voor €27,50 kun je al een kort verhaal tot 1000 woorden insturen ter beoordeling. Met zo'n eenmalig consult leer je al heel veel om weer grote nieuwe stappen te kunnen zetten.

Bij een eerste (eventueel eenmalig) consult voor een roman mag je tot 5000 woorden insturen, en krijg je nadien een gesprek (telefonisch of keukentafel), voor €82,50.

Heb je regelmatig ondersteuning nodig? Dan behoort ook een wekelijks telefonisch consult tot de mogelijkheden. €12,50 voor een gesprek van 15-20 minuten, met daarna nog een e-mail waarin je het besprokene kunt nalezen.

Alle cursussen zijn te bestellen door **€10** over te maken op NL90 INGB 0003 8794 67 tnv H. Kuipers, Groningen onder vermelding van de naam van de cursus.



Op 8 maart is het weer Internationale [Vrouwendag](#). Dit jaar is het thema "Power to de Vrouw." Ik geloof dat je als vrouw veel krachtiger in het leven kunt staan als je levensverhaal kent, als je weet wie je bent en wat de thema's van jouw leven zijn. Daarvoor heb ik [Heldinne's Reis I](#) ontwikkeld.

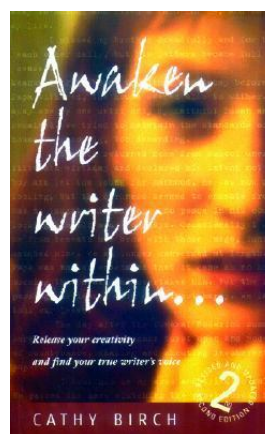
Omdat ik het belangrijk vind dat zoveel mogelijk vrouwen kennismaken met dit idee, bied ik **ALLEEN op 8 maart** deze cursus aan voor €5,00.

Stuur op 8 maart een mail naar info@heldenreis.nl, maak €5,00 over op NL90 INGB 0003 8794 67 tnv H. Kuipers, Groningen ovv "cursus Heldenin's Reis I" en jouw weg naar Power to de Vrouw ligt open!

SCHRIJFBOEK VAN DE MAAND

Awaken the Writer Within is een schrijfboek dat ik heb aangeschaft omdat ik in een oud dagboek las hoe enthousiast ik erover was, in 1999. En ook de tweede keer stelde het niet teleur. Veel schrijfboeken zijn maar één keer leuk, daarna is de inhoud gesneden koek en weet je het allemaal wel, maar dit blijft inspirerend, omdat het de schrijverij vanuit zoveel hoeken benadert.

Het begint met Schrijven als Manier van Leven. Hoe je een gezond, goed werkend lichaam nodig hebt, of er in elk geval zo goed mogelijk voor moet zorgen. Welke fysieke activiteit zorgt ervoor dat jij beter kunt nadenken? Zulk soort vragen zijn goed om bij stil te staan.



Naar welke schrijfmaterialen gaat je voorkeur uit?

Hoe vind je tijd en plek om te schrijven? Over het belang van het claimen van die tijd en die plaats. Hoe stem je af op jezelf, hoe maak je dat je in de bron kunt zakken? Wat is daarvoor nodig bij jou?

En hoe leer je op die manier je personages kennen? En de omgeving waar zij wonen? En de plot van je verhaal?

Het gaat allemaal heel organisch, er staan veel fantastische oefeningen in om te

proberen, voor elk wat wils. Creatieve visualisaties maar ook lijstjes met karaktereigenschappen en thema's, plot verzinnen met een dobbelsteen of tarotkaarten, je dromen als inspiratie gebruiken, en ook weer technische hoofdstukken over goede beginnen en eindes, en revisie. Zo'n boek dat maakt dat je weer zin krijgt om te gaan schrijven, eigenlijk is dat het allebelangrijkste bij schrijfboeken.

INSPIRATIE UIT AWAKEN THE WRITER WITHIN

Neem een tekst (uit een boek of krant of tijdschrift) en begin hem over te schrijven. Bij elk zelfstandig naamwoord pak je het woordenboek, en tel je zeven woorden vooruit (maak er een zelfstandig naamwoord van als het dat niet is). Daarmee vervang je het woord dat er stond.

Neem een personage en verander 1 aspect, zodat je een geheel nieuw personage krijgt. Hendrik VIII als vrouw, Tina Turner achter het loket van het postkantoor, Ophelia in bikini.



Als je je droom nog goed herinnert, vraag je dan af: als dit een film was, hoe zou de titel dan luiden?

Denk aan een belangrijke gebeurtenis uit je leven. Als het een toneelstuk was, en dit is het tweede bedrijf, hoe zou het eerste bedrijf dan gaan? Hoe loopt het af in het derde bedrijf?

FEEDBACK GEVEN MAKEN OF BREKEN

Een tijdje geleden plaatste iemand in de mixed-media-groep waar ik lid van ben op Facebook een schilderijtje. Ze schreef erbij: "Gister mijn allereerste landschapje gemaakt. Ik was er zelf eigenlijk best wel blij mee, tot ik thuiskwam en het aan mijn vriend liet zien. Hij vond er totaal niks aan. Nu wil ik jullie vragen om je mening te geven en ook kritiek."

Nu kennen veel mensen in die groep elkaar, er waren meteen veel lieve reacties, er waren ook zinvolle technische reacties, over hoe ze met schaduwen kon werken en met kleuren.

Zelf was ik even met stomheid geslagen. Wat zegt het over iemand als hij zo reageert? Zo harteloos, zo ongefundeerd? Wat bewerkstelligt dat?

Ik dacht na over het geven van feedback, hoe je daarmee iemand kunt maken of breken. (Veel cursisten zijn verbaasd als ik mijn feedback focus op wat ze wél goed doen.)

Ik dacht hoe belangrijk het is om je als creatieveling – op welk niveau dan ook – te omringen met wat Julia Cameron *believing mirrors* noemt: mensen die in je geloven, die naast je staan om je verder te helpen. Die niet onder het mom van kritiek geven hun eigen jaloezie- of minderwaardigheidsgevoelens de vrije loop laten.

Als juf verkeer je natuurlijk in een iets andere positie. Cursisten willen echt iets leren van je, je zult ze ook moeten wijzen op wat níet goed gaat. Maar nooit ontmoedigend. Als gelijke – zoals die mensen in die Facebookgroep – kun je het op allerlei manieren doen, die allemaal iets goeds brengen.

Wat denk ik ook belangrijk is, is om de feedback op zo'n moment heel dicht bij jezelf te houden (al hoe'n walgelijk modieuze uitdrukking dat ook begint te worden). Ik schreef: Ik zie er grote zwerfkeien in, waar toch hele sterke bomen uit groeien. Wat zegt het jou? Wat kun je eventueel nog toevoegen om dat te verduidelijken? Laat vooral het idee van mooi of lelijk en gelukt of mislukt varen, laat het worden wat het worden wil.

Dat loslaten vond ze moeilijk, schreef ze, maar wat ik erin zag sloot aan bij wat ze zelf voelde. Ik hoop dat ik in haar een deurtje heb opgedaan.



blijf schrijven en creëren!
Hella Kuipers