



Hella Kuipers
schrijfcoaching
cursussen

Heldenreis Nieuwsbrief

jrg. 3 - nr. 9 - feb 2012

verschijnt 11x per jaar (niet in januari)

Nieuws en Actualiteiten

11 FEBRUARI SCHRIJFCAFÉ



Het [Heerenveense Schrijfcafé](#) biedt een ontspannen manier om met schrijven kennis te maken. Elke 2^e zaterdag van de

maand in Grand Café de Heerenkamer.
Tijd: 10.00 – 12.00 uur. Kosten €12,50.

VRIJDAG SCHRIJFDAG

Docenten: Hella Kuipers & Yke Kaastra (beeld en taal)

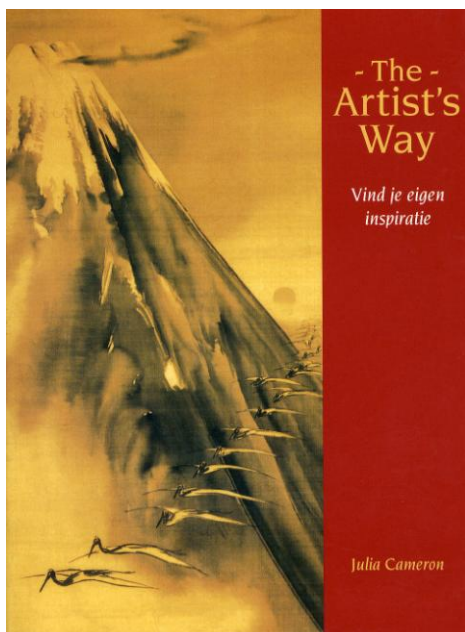
- Locatie: Heldenreis op Zolder
Paulus Akkermanwei 46, Leeuwarden
- Tijdstip: vrijdagmorgen 10-12 uur
- Kosten: € 15,00 of €25,00 (beeld & taal)
- Info en aanmelden: info@heldenreis.nl of tel. 058-2166191 tot uiterlijk donderdagavond

Het complete overzicht van alle workshops staat [hier](#).

In februari zijn er deze workshops:

17 februari: schrijfveerochtend → vrij schrijven ahv speelse opdrachten

24 februari: columns schrijven → hoe schrijf je pakkende, leesbare stukjes



VROUWENWEEK FRYSLÂN

"Julia Cameron – een vrouw met visie" – een workshop over The Artist's Way, over het hervinden van je creativiteit, en over het belang daarvan voor het ontwikkelen van een eigen visie, ism grafisch vormgever Yke Kaastra

- tijdstip: **vrijdag 9 maart 9.30-12.00 u**
- Locatie: Heldenreis op Zolder
Paulus Akkermanwei 46, Leeuwarden
- max. aantal deelnemers: 8
- kosten: € 30,00 pp inclusief materialen

ONTWIKKEL JE EIGEN VISIE

Na een korte toelichting op The Artist's Way (een coachingsprogramma van 12 weken voor het hervinden van je creativiteit) volgt een creatieve workshop waarin taal en collage samenkomen in een persoonlijk visieboek met afbeeldingen en teksten die voor jou 'visie' en 'creativiteit' betekenen. Neem zelf ook afbeeldingen mee die dat voor jou symboliseren.



THE ARTIST'S WAY ONLINE

Het online [coachingsprogramma](#) bij The Artist's Way begint al heel goed te lopen. Lees [hier](#) een interview met de Artist's Way-coach, en bekijk [hier](#) een mooie collage van het kleurrijke lesmateriaal!

Gun jezelf een creatief nieuw jaar, en vind uit waar je ware talent en passie ligt. Dat is een schat die geen crisis je kan afnemen!

In de achtste druk van het boek heeft Christoffor al mijn [vertalingsherzieningen](#) opgenomen. Bij de volgende druk wordt mijn naam in het colofon vermeld.



CURSUS SCHRIJFVEREN

- Wil je na de cursus Honderd Valkuilen weer zo'n maandelijkse stok achter de deur?
 - Zou je willen dat je wat gedisciplineerder schreef, maar heb je nog geen idee wat je precies wilt of kunt schrijven?
 - Heb je last van Writer's Block?
 - Wil je je creatieve kraan eens openzetten omdat je verder alleen maar zakelijke stukken moet schrijven?
 - Wil je op een eenvoudige manier "content genereren" voor je blog?
- Dan is [dit](#) jouw ideale schrijfcursus!

schrijfboek én column van de maand

Opeens besef ik, dat ik The Artist's Way nog helemaal niet heb besproken in de Heldenreis Nieuwsbrief. Wel *The Right to Write* (juli 2009) maar niet het eerste, belangrijkste boek van Cameron.

Ik heb de afgelopen maanden keihard gewerkt om het cursusmateriaal samen te stellen.

Daarvoor moest ik het boek zelf ook weer intensief doorwerken, en ook – om de cursisten moed in te spreken, en te laten zien dat bepaalde problemen bij iedereen terugkomen, en – erbij horen – oude dagboeken doorlezen waarin ik verslag deed van mijn eigen werken en ervaringen met het boek.

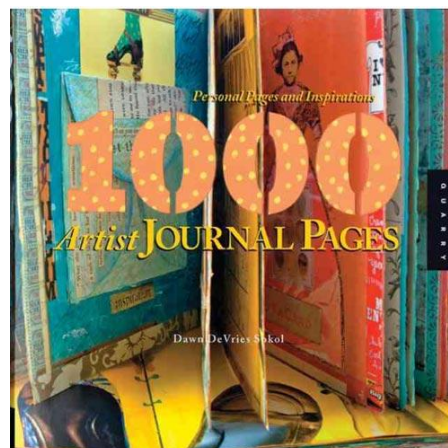
Wie mij beter kent, weet wel dat ik wars ben van het griezelig soort "spiritualiteit" dat de belijder ervan het recht geeft om 'eigen schuld dikke bult' tegen alle onverlichten te roepen. In zekere zin is The Artist's Way ook spiritueel, maar het mooie is, dat het met de poten in de modder blijft. En het maakt Cameron echt niet uit of je dat 'Hogere' dat jou bij het creëren bijstaat nu God noemt, of Muze, of Universum, of wat anders. Doe maar gewoon je werk, en zie wat er gebeurt.

Het afgelopen jaar was voor mij persoonlijk een annus horribilis, waarin ik ook mezelf behoorlijk kwijtraakte. Nu begon ik weer braaf met de Morning Pages, raakte weer in flow, en opeens gingen er deuren open.

Ademloos observeerde ik: het werkt! Zodra je op het pad van je bestemming bent (de weg van de kunstenaar) beleef je synchroniciteit. Dingen worden je in de schoot geworpen.

Cursisten melden zich aan, leuke locaties zwermen in drommen naar je toe, iemand bespreekt een [boek](#) dat precies aansluit waar je mee bezig bent, iemand wil [dezelfde](#) weg gaan en ik kan haar obstakels uit de weg ruimen met wat ik weet, iemand van de Volksuniversiteit ziet je tweet voorbijkomen en neemt contact op ... de wereld gaat open zodra je jezelf weer openstelt op dat kanaal dat we maar "inspiratie" zullen noemen.

The Artist's Way is niet specifiek voor schrijvers. Het is voor iedereen die creatiever wil gaan leven, meer in contact met de eigen bron. Of je nu spannender wilt leren koken of bloemschikken, of beroepsmusicus wilt worden, of je nu meer tijd aan je hobbies wilt besteden omdat je weet dat je daar gelukkiger van wordt, of echt echt een boek wilt schrijven, The Artist's Way zet je open. Je zult eindelijk leren dat als iets vanzelf gaat, dat een teken is dat je op de goede weg bent.



Het is een geweldig boek, dat [1000 Artist Journal Pages](#).

Het is een groot [project](#) (geweest) waar heel veel mensen aan meegewerkt hebben. Veel van hun bijdragen staan op [flickr](#).

En wat heeft een schrijver hier nu aan? Inspiratie. Wat een teveelgebruikt woord is dat ook. En toch is het zo. Elke bladzij geeft een inblazinkje van de muze. Er worden kleine ideetjes geboren.

Ook al heb je twee linkerhanden of een gruwelijke hekel aan lijm-vlekken op de tafel of verf in het kled, de afbeeldingen maken iets wakker in je. Een personage, een scène ... elke bladzij is als een *moodboard* (een collage die een bepaalde sfeer probeert weer te geven) dat jij als schrijver weer kunt uitwerken in woorden en verhalen.

Zelfs als je Engels roestig is, spreken de afbeeldingen en de mooie (of slordige) letters tot je verbeelding.

Hetzelfde gevoel had ik bij de [kunstwerken](#) van Jantien Jongsma, nog tot 1 april te zien in [Museum Belvédère](#) in Heerenveen. Afbeeldingen die haast een uitwerking van je eigen dromen lijken te zijn. Als het je tijdelijk ontbreekt aan eigen dromen, kunnen dromen van anderen je weer wakker maken, hoe tegenstrijdig dat ook klinkt.

Zie jezelf deze wintermaanden als een tuin waar ondergronds de bloemen worden voorbereid. Vul de bron met beelden.



blijf schrijven!
Hella Kuipers