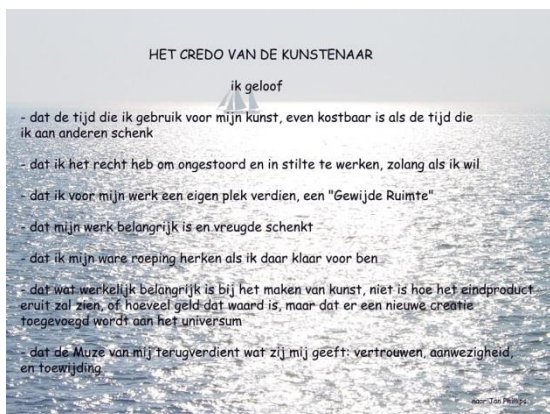


### HELDENREIS CURSUSSEN

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. (vergeet niet om ook een mail te sturen aan [info@heldenreis.nl](mailto:info@heldenreis.nl))

Als [schrijfcoach](#) begeleid ik heel verschillende schrijvers: dichters, autobiografen, jeugd-auteurs, vakmensen.

### Ja, ik mag – ik móet!



Ik had het er pas nog met een schrijfcoachklant over, hoe slecht wij vrouwelijke schrijvers en kunstenaars er toch in zijn om aan te geven – laat staan op te eisen – wat we nodig hebben om te kunnen creëren.

Ik durf maar zo te wedden dat een Mulisch daar totaal geen moeite mee had. Daar was het gewoon "stil zijn, pappa werkt." Terwijl wij altijd acuut oproepbaar moeten zijn voor de behoeften van ons nageslacht of onze oude vaders en moeders. En als we al een stukje tijd en vrijheid hebben uitgehakt voor onszelf, dan voelen we ons daar schuldig over. Wie zijn wij om onszelf voorrang te geven? Zo zijn we niet opgevoed. Ons bestaan was alleen gerechtvaardigd als we ons onzichtbaar en dienstbaar maakten.

Het is wonderlijk om te ervaren dat ook ik daar nog steeds last van heb. Want ben ik juist niet degene die beter weet? Aan de hand van bezielende goeroes als Julia Cameron en [Brenda Ueland](#) heb ik mij toch een nieuwe mindset verworven? Tegen mijn cliënten weet ik hem altijd overtuigend te verwoorden.

Maar van de week – op een van die hete dagen – merkte ik weer dat het nog steeds speelt. Tot een uur of half elf kon ik de

Ook telefonisch coachen behoort tot de mogelijkheden, en dan kan het gaan over meer zaken: over creativiteit, over het aanpakken van een groot project. Ik hoop dat ik dan de rol vervul van wat Julia Cameron zo mooi een *Believing Mirror* noemt.

Je kunt ook een [leesrapport](#) aanvragen bij de schrijfcoach. Stuur je eerste versie ter beoordeling op en ontvang een uitgebreid verslag vol suggesties voor verbetering.

balkondeur nog lekker open hebben. Buiten is na de bouwvak de stratenmakers- en rioleringenherrie weer losgebarsten, maar daar kan ik wel mee werken. Ik was rustig met een boekrecensie bezig, toen opeens een luider kabaal het concert overstemde. De bouwvakkersradio. Daar kan ik dus niet tegen, sorry hoor, vast elitair, maar die opgedrongen huilmuziek op standje tien ... gék werd ik ervan.

Er staan diverse auto's met logo op het gras geparkeerd, dus ik de aannemer gebeld, en het geval uitgelegd. En oh wonder ... het werd stil. Nee, niet stil. Maar andermans herrie die over mijn grenzen gaat werd stilgelegd.

Rustig verder schrijven, hiephoi. Maar nee. Het geweten wroegde. Waren de bouwvakkers niet véél zieliger dan ik? Zo te zweogen in de hete zon? Had ik wel het recht hun een pleziertje te ontnemen? Was ik niet een kleinzielig, verwend mormel? Zouden ze me iets aandoen als ze me naar buiten zagen komen?

Opeens besepte ik welk mechanisme hier weer aan het werk was. De héle wereld mag zijn wensen uitspreken en vervuld zien, behalve ik. Ik mag alleen maar andermans wensen vervullen. Dat is mijn doel op deze aarde.

Hoog tijd om het kunstenaarscredo weer uit te [printen](#) en op te hangen!

### Het Credo van de Kunstenaar

Ik geloof

- dat de tijd die ik gebruik voor mijn kunst even kostbaar is als de tijd die ik aan anderen schenk
- dat ik het recht heb om ongestoord en in stilte te werken, zolang als ik wil
- dat ik voor mijn werk een eigen plek verdien, een "Gewijde Ruimte"
- dat mijn werk belangrijk is en vreugde schenkt

- dat ik mijn ware roeping herken als ik daar klaar voor ben
- dat wat werkelijk belangrijk is bij het maken van kunst niet is hoe het eindproduct eruit zal zien, of hoeveel geld dat waard is, maar dat er een nieuwe creatie wordt toegevoegd aan het universum
- dat de Muze van mij terugverdient wat zij mij geeft: vertrouwen, aanwezigheid en toewijding

naar [Jan Phillips](#)

## HAPPY NEW YEAR

September is ook een soort Nieuwjaar. Cursusseizoenen beginnen weer, ouders hebben na de vakantie eindelijk weer tijd voor hun eigen ambities. Maar dat gevoel kan ook overweldigend zijn. Wat wil je eigenlijk? Hoe krijg je het voor elkaar? Hoe eet je een olifant? Hapje voor hapje. (Oh, sorry, zéér incorrect natuurlijk, in het huidige tijdsgewricht.)

Stel, je wilt eindelijk werk maken van dat grote project. Echt gáán voor die roman, dat kunstwerk, je zelfgecreëerde ideale baan. Je hebt het nog niet uitgesproken of van alle kanten krijg je advies. Vooral mensen die jaloers zijn op je moed en enthousiasme bombarderen zichzelf opeens tot deskundige. Ze willen je "helpen," hoe durf je aan hun goede bedoelingen te twifelen? Zij weten toch veel beter wat "realistisch" is?

En jij, opgevoed met het idee dat je altijd dankbaar moet zijn, ook voor cadeautjes waar je niet om gevraagd hebt, durft niet te zeggen wat je werkelijk nodig hebt. Namelijk "ik heb het nodig om dit op mijn manier te doen."

Dus laat je de ander langzaam jouw visie vertrappelen. De olifant blijkt een opblaas-olifant. Je begint er maar niet eens meer aan.

Maar het kan ook anders.

Hoe ziet dat eerste hapje eruit?

Je bureau opruimen en wat ansichtkaarten ophangen die jouw visioen symboliseren? Wat mooie moedgevende citaten opzoeken?

Een werkplek creëren, alleen voor jou, en vastleggen dat je van 8-10 uur 's avonds alleen in geval van Brand of Bloed gestoord mag worden?

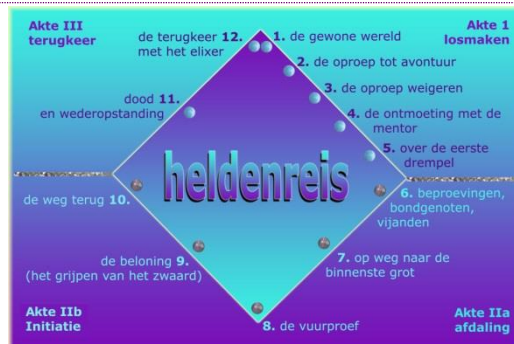
Een lijst opstellen van mensen of bedrijven die van jouw diensten gebruik zouden willen maken?

Een onderzoekje verrichten naar een bepaald ambacht dat in je roman een rol speelt?

Jezelf een uitstapje gunnen naar een hobbywinkel en alvast wat mooie materialen aanschaffen?

Elke dag één hapje.

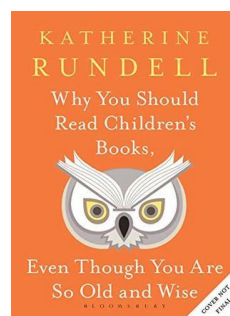
Kijk ook eens naar het schema van de [Heldenreis](#). Elk project dat je onderneemt is een Heldenreis. Als je de etappes begrijpt, kun je de verschillende, soms ontmoedigende, fases bij jezelf herkennen. Dat



relatieveert, en je ziet in dat het maar een fase is, die ook weer overgaat. Nu ben je misschien in het woud, heb je last van 'vijanden' die je tegenwerken, maar je weet dat er ook bondgenoten zijn, die je helpen met de voorbereiding. In de [cursus](#) geef ik bij elke etappe ook een onderdeel "Heldenreis en Schrijfproces."

Je kan het en je mag het. Of sterker nog: je móet het. Laat jouw unieke bijdrage aan de schepping niet verloren gaan!

## LEES



Ik heb weer wat leuke (schrijf)boeken gelezen. Het eerste was [Why you should read children's books, even though you are so old and wise](#) van Katherine Rundell, een verrukkelijk aanstekelijk boekje over waarom je jeugdboeken moet lezen. Waarom je moet

lezen, überhaupt. Ik moest er meteen aan denken hoe ik pas nog van [Lampje](#) heb genoten. Een kinderboek dat nergens prekerig of larmoyant wordt, en zo spannend en ontroerend is dat je blijft doorlezen.

Het is geen escapisme, zegt Rundell, het is vindisme. (*It's not escapism, it's findism. Children's books are not a hiding place, they are a seeking place.*)

Daarna las ik [Durf te Schrijven](#) van Carry Slee.

Ook heel aanstekelijk. Misschien is het meer gericht op kinderen met schrijfambities, maar ook voor beginnende volwassen schrijvers staat er veel nuttigs in.

Schrijfadviezen die niet alleen gaan over het schrijverschap en het uitgeven van boeken, maar ook over diverse technische aspecten van het schrijven: de personages, het vertelperspectief etc. Je hoeft niet alles voor waar aan te nemen, Slee schrijft heel erg vanuit haar eigen visie, maar het zijn allemaal leerzame dingen om over na te denken. De grappige cartoons en opdrachten tussendoor maken het extra leuk.



Blijf schrijven en creëren!

Hella Kuipers