

Morning Pages en dan?

Er zijn dagboekschrijvers die al tijdens het schrijven hopen dat hun dagboek later wordt uitgegeven. Anne Frank was er een van, en zelf had ik in de zwartste puberjaren ook de stille hoop dat ik jong zou sterven en daarna beroemd zou worden. Nu hoop ik honderd te worden, en wat doe ik met mijn dagboeken? Ik ken iemand die ze echt verbrand heeft. Niemand hoefde na haar dood gekwetst te worden door haar waarheid. Ook mijn geweten heeft lange tijd gewroegd: mocht deze vuile was ooit buiten wapperen?

Mensje van Keulen heeft haar dagboeken netjes (en gekuist) overgetikt voor ze geopereerd werd. Dan zou het oeverloze en stijlloze gejeremieer tenminste niet zo de wereld ingaan. Alle Dagen Laat is leuk om te lezen, maar nu ik dit weet, denk ik aan die uitgebreide uitgave van Anne Frank. Het volmaakte meisje dat sinds mijn tiende mijn absolute rolmodel was geweest, bleek goddank ook een gewoon kind met filmsterrenplaatjes aan de muur.

Ik laat mijn dagboeken maar rustig in hun kisten en koffers. Wie ze wil lezen, mag dat doen, maar een rituele verbranding met een lekker glas wijn erbij is ook prima. Nu zijn ze mijn tweede brein, dan zijn ze het stoffelijk overschot van mijn ziel.

Wat allemaal onverlet laat, dat je je MP's NOOIT aan iemand mag laten lezen zolang je leeft. Want dan zouden ze ogenblikken van proces in product veranderen, en zou je voortaan altijd met de Censor samen de pen vasthouden. Wie dat niet kan respecteren heeft niet het beste met je voor.

De Anderen

Ze zullen het echt tegen je zeggen, of anders heb je je hun mening wel eigengemaakt: je bent egoïstisch als je je eigen werk voor laat gaan.

Zelf heb je al een beetje geleerd dat het je innerlijke Neanderthaler is, die zegt dat je eerst het hele huis / de hele administratie / je relatie / de opvoeding van je kinderen op orde moet hebben voor je er maar aan mag denken iets vaags als 'kunst' onder handen te nemen. Maar zij ... zij zien een partner / ouder / dochter / zoon / vriend die opeens niet meer altijd voor ze klaarstaat, die zich niet meer wegcijfert voor hun plezier, die opeens 'ongezellig' doet. Help!

Trek je er niets van aan. Bedenk: als iedereen ter wereld dit pad zou volgen, zou de wereld er ongetwijfeld op vooruitgaan. Bedenk: als jij niet doet wat je moet doen, ga je straks dood zonder datgene gedaan te hebben waartoe alleen jij – voor altijd en eeuwig en overal – toe in staat was geweest. Bedenk: door het goede voorbeeld te geven, leer je de anderen dat het mogelijk is, een leven waarin je talenten worden ontwikkeld en gebruikt, een leven vol kleur en voldoening.

Herhaal je kunstenaarscredo: Ik geloof dat de tijd die ik aan mijn kunst besteed even waardevol is als de tijd die ik aan anderen geef. Ik geloof dat ik het recht heb om ononderbroken en zo lang als ik wil, te werken.



The Journey
Above the mountains
the geese turn into
the light again

painting their
black silhouettes
on an open sky.

Sometimes everything
has to be
inscribed across
the heavens

so you can find
the one line
already written
inside you.

Sometimes it takes
a great sky
to find that

small, bright
and indescribable
wedge of freedom
in your own heart.

Sometimes with
the bones of the black
sticks
left when the fire
has gone out

someone has written
something new
in the ashes
of your life.

You are not leaving
you are arriving.

(House of Belonging,
poetry by David Whyte)

De Reis

Boven de bergen
draaien de ganzen zich
weer naar het licht

hun silhouetten
geschilderd
op de open lucht

Soms moet alles
op de hemelen
geschreven worden

om de regel
te vinden
die al in jezelf
geschreven staat.

soms heb je
de hele lucht nodig
om dat kleine, heldere

onbeschrijflijke
hoekje vrijheid
in je eigen hart
te vinden

soms heeft iemand
met de zwarte botten
van de zwarte takken
uit het uitgebrande
vuur

iets nieuws geschreven
in de as
van je leven.

Je vertrekt niet.
Je komt aan.

vertaling: Hella Kuipers

En jij

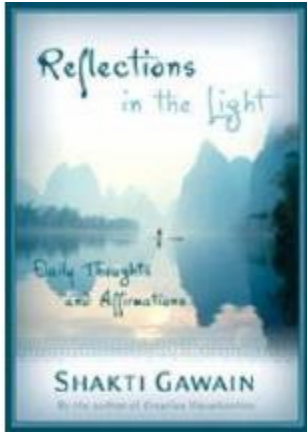
Dat je anderen zo'n grote macht over je laat hebben (en hierbij maakt het niet eens zoveel uit of ze het letterlijk tegen je zeggen, of dat je bij jezelf denkt dat "ze" wel zullen denken ...) is deels ook omdat dat het beste excuus ter wereld is om NIET aan het werk te hoeven. Hoe raar het ook klinkt: er is iets wat je het allerliefste zou willen doen op de hele wereld, en puntje bij paaltje doe je het toch liever niet. Raar?

Raar.

Maar begrijpelijk. Dé grootste angst van mensen is de angst voor verandering. Altijd nog liever het kwaad dat je kent dan het goede dat ongewis en onbekend is. Zo ken ik iemand die een hele grote had kunnen worden in de kleinkunst of het musicalvak. Toen ze de mogelijkheid kreeg om mee te werken in een grote productie, heeft ze dat niet gedaan. Want dan moest ze verhuizen, en hoe moest dat dan allemaal ... Zo ken ik iemand die het in zich had om een klassiek zangeres te worden. Dan moest ze naar het conservatorium. Uit huis, op kamers ... Ze is nu ook gelukkig in de gehandicaptenzorg, maar ik denk nog aan de eerste keer dat ik haar hoorde zingen, en de tranen in mijn ogen sprongen.

Dus houd dat voor ogen. Gekmakers zijn gekmakers die niet het beste met jou voorhebben, maar met zichzelf. Het is aan jou om het beste met jezelf voor te hebben, en de gekmaker zijn/haar macht af te pakken. Zie in hoe je van je werk laat afhouden, schep moed!

Citaten & Boeken



Het prachtige citaat van Shakti Gawain (p63) bracht me opeens in herinnering dat ik een boekje van haar heb. Niet haar bekendste, *Creative Visualization*, ([vertaald](#) als Creatief Visualiseren) maar *Reflections in the Light*, een boek met een afirmatie voor elke dag, met een korte beschouwing erbij ([vertaald](#) als Bespiegelingen in het Licht).

Zo'n wijsheid-voor-elke-dag-boek is ideaal om te gebruiken bij je MP's. Eerst de zoi van je afschrijven, en dan even de diepte in, met als inspiratie zo'n mooie spreuk.

Er zijn wel meer van zulke boeken. Veel heb ik ook gehad aan [Altijd Bezig](#) van Anne Wilson Schaef, en aan [Eenvoud in Overvloed](#) van Sarah Ban Breathnach, hoewel dat af en toe wat teveel over woninginrichting en koken gaat ;-).

Het belangrijkste is dat zulke boeken je op het kunstenaarspad houden, je blijven inspireren ook al heb je niet zoveel tijd, of ben je zelf niet altijd in de stemming – zo word je vanzelf weer enthousiast.

Een heerlijke site voor tweedehands boeken is <http://boekwinkeltjes.nl/> daar heb je Altijd Bezig al voor €3,75! Maar natuurlijk is de biëp ook een rijke bron, alleen kun je zo'n jaar-boek dan niet lang genoeg houden ...

Ook het googelen van degenen van wie citaten zijn opgenomen levert vaak een schat aan inspirerende websites op, van bloggers die op kunstenaarspad zijn, tot auteurswebsites of interessante wikipedia-artikelen en mooie illustraties.

Figuur en Achtergrond

Waar de vertaler op p69 een fout maakt door *figure and ground* te vertalen met 'vorm en essentie' heb ik door dat op te zoeken een reuze interessante [site](#) gevonden over de psychologie van de waarneming.

Wat daar staat over hoe onze waarneming bepaalt wat voorgrond en wat achtergrond is (het omslotene wordt figuur, het omsluitende achtergrond / de figuur lijkt zich voor de achtergrond te bevinden, achtergrond lijkt achter de figuur door te lopen / de grens tussen figuur en achtergrond lijkt tot figuur te behoren / de figuur lijkt indrukwekkender, trekt meer aandacht, wordt beter onthouden en we zijn gevoeliger aan veranderingen die aan de figuur worden toegebracht / eenzelfde deel van het veld kan nooit tegelijk figuur en achtergrond zijn, wel alternerend / als de figuur en achtergrond ten opzichte van elkaar bewegen zijn we geneigd de beweging toe te schrijven aan de figuur) maakt duidelijk hoe de gekmakers in je leven erin slagen hun probleem altijd tot voorgrondfiguur te bombarderen.

Houd de afbeelding hiernaast in je hoofd: jij bepaalt zélf wat in jouw leven op de voorgrond moet staan!

Hoe voorgrond en achtergrond je waarneming bepalen, blijkt uit een mop uit Sovjet-Rusland. De poortwachter van een grote fabriek zag elke avond een arbeider met een kruiwagen vol stro. De bewaker doorzocht het stro, maar vond nooit iets. Uiteindelijk vroeg hij: "Wat wil je toch met al dat stro dat je mee naar huis neemt?" De arbeider antwoordde: "De kruiwagen."

Het verschijnsel bestaat ook in de muziek. Luister [hier](#) maar eens naar wat melodieën van Bach, en hoor hoe voorgrond en achtergrond het van elkaar overnemen.

Ook in taal – zowel geschreven als gesproken – vind je dit verschijnsel, bijvoorbeeld door de afwisseling van "beschrijving" en "actie". De gekmaker zal altijd met meer uitroepetekens spreken dan die verlegen, pas ontluikende kunstenaar van jou. Wees je daarvan bewust!

