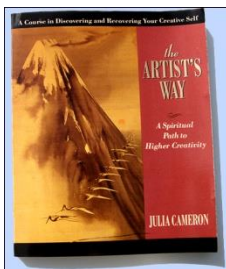


## vertaling



Voordat je met het TAW coachingsprogramma begint, geef ik je wat handvatten en extra informatie.

Ik begon met het opstellen van het programma met de Nederlandse vertaling van The Artist's Way uit 2003 (2<sup>e</sup> druk). Zelf heb ik het programma gedaan met de oorspronkelijke Engelstalige uitgave, en bij het lezen van die vertaling stuitte ik op een aantal toch wel cruciale fouten. Sommige daarvan staan werkelijk een goed begrip in de weg. Daarom raad ik je aan om voor je aan een nieuw hoofdstuk begint, deze fouten even te verbeteren in je boek als je ook een oudere druk hebt. De lijst met vertaalfouten kun je [hier](#) downloaden. Wat? Schrijven in een boek? Ja!

The Artist's Way is een doe-boek, een invulboek, een leefboek. Wees niet bang om erin te schrijven. Maar je mag het lijstje ook uitprinten en in het boek stoppen ;-).

In de 8<sup>e</sup> druk (2011) zijn deze fouten eruit gehaald, bij de 9<sup>e</sup> druk met mijn naam in het colofon.

## vertrouwen

Sommige mensen die met TAW aan de slag gaan, storen zich aan het veelvuldig gebruik van het woord God. Maar dat is niet nodig. Probeer het eens zo te zien: in het Engels heb je twee termen voor "geloof": *belief* en *faith*. Je kunt *faith* ook vertalen als "vertrouwen." De Engelse godsdienstwetenschapper Alan W. Watts formuleert het [zo](#):

"Geloof is staande houden dat de waarheid is wat je zou willen dat ze was. De gelovige stelt zijn geest open voor de waarheid die aansluit bij zijn ideeën. Bij vertrouwen stel je je onvoorwaardelijk open voor de waarheid, wat deze ook mag blijken in te houden. Vertrouwen is niet vooringenomen; het is een sprong in het grote onbekende. Geloof betekent vasthouden, vertrouwen loslaten."

Over dat vertrouwen gaat TAW, het vertrouwen dat je bij het beoefenen van kunst (in welke vorm ook) altijd door iets hogers geleid wordt. Je leert om je aan die leiding in het volste vertrouwen over te geven. Of je dat God noemt, Godin, Ziel, Universum, Synchroniciteit, Muze, Vliegend Spaghettimonster of wat ook, doet er niet toe. Waar het om gaat, is dat je die leiding leert herkennen en vertrouwen.

Dit is iets wat tijd kost. Niet voor niets noemt Cameron TAW een spiraalvormig pad. Je blijft eraan werken, steeds op een andere manier je problemen benaderend. Vertrouwen is niet iets wat je je kunt voornemen, wel iets dat inslijt naarmate je je er vaker mee bezighoudt. Wat daarbij kan helpen is om op je werkplek mooie citaten en affirmaties op te hangen die je er steeds aan helpen herinneren.

Het ultieme citaat hierbij is voor mij: *Leap, and the Net will Appear*. Spring, en het Vangnet Verschijnt.

## jezelf

Om vertrouwen te kunnen hebben, is het allereerst noodzakelijk dat je weer op jezelf leert vertrouwen. Je moet jezelf als het ware uitgraven, uit al die lagen die er in de loop der jaren overheen geslibd zijn. Lagen van plicht en opvoeding, van schuldgevoel en je laten overheersen door andermans definitie van wie jij werkelijk bent. Cameron zegt het mooi: "We begroeten dit zelf zoals we onze geliefde aan het einde van een lange, harde oorlog weer zouden begroeten." Prachtig hierbij is ook het gedicht *Love after Love* van [Derek Walcott](#). Ik heb het voor je vertaald.

### *Love After Love*

*The time will come  
when, with elation  
you will greet yourself arriving  
at your own door, in your own mirror  
and each will smile at the other's welcome,  
  
and say, sit here. Eat.  
You will love again the stranger who was your self.  
Give wine. Give bread. Give back your heart  
to itself, to the stranger who has loved you*

*all your life, whom you ignored  
for another, who knows you by heart.  
Take down the love letters from the bookshelf,*

*the photographs, the desperate notes,  
peel your own image from the mirror.  
Sit. Feast on your life.*

-- DEREK WALCOTT

### Liefde na Liefde

Er komt een tijd  
dat -in verrukking-  
je jezelf zult groeten  
aan je eigen voordeur, in je eigen spiegel  
en glimlachend verwelkomen jullie elkaar,  
  
en zeggen: 'Ga zitten. Eet.'  
Je zult jezelf, die vreemdeling, opnieuw beminnen.  
Geef wijn. Geef brood. Geef van je hart  
aan jezelf, de vreemdeling die jou beminde  
  
je leven lang, die jij negeerde  
voor een ander, die jou uit zijn hoofd kent.  
Haal oude liefdesbrieven van de plank,  
  
de foto's, en de wanhoopskrabbels,  
pel nu je zelfbeeld van de spiegel  
Ga zitten. Smul van je leven.

-- vertaling: Hella Kuipers

## Hoe ga je te werk?

Je hebt misschien geen tijd om in één week alle oefeningen te doen. Waarschijnlijk ook niet om alles uit de inspiratiemail in je op te nemen. Dat hoeft ook niet. Bewaar ze, en als je merkt dat je je gedrevenheid begint te verliezen, lees ze dan opnieuw. Ook dat is het spiraalvormige pad. Vertrouw erop dat je zelf weet wat goed voor je is, en dat je tot je neemt wat je op dat moment kunt gebruiken.

## discipline

Als er iets is, waar AW níet over gaat, is het discipline. Dat keiharde woord dat zoveel misbruikt is door leraren en opvoeders. Discipline is voor strafregels. Kunst maak je met vertrouwen en enthousiasme. "Wil" is een ego-daad. Bovendien kun je alleen iets "willen" dat je al kent. Het doel van kunst is juist, iets te maken wat je niet kent, wat niemand tot nu toe kende. Dat vraagt overgave en nederigheid. Daarom noemt Cameron creativiteit ook een spirituele oefening. En spiritualiteit is niet: je bezighouden met wat een bepaalde esoterische goeroe jou vertelt dat je moet doen. Niet met alle kracht een bepaalde stroming aanhangen. Dat is weer dat verschil tussen *belief* en *faith*. Het enige wat spiritualiteit inhoudt, is dat je je bezighoudt met je eigen ziel, en met jouw unieke bijdrage aan deze wereld – wat die inhoudt, en hoe je die kunt waarmaken.



## MP's

Probeer ook de ochtendpagina's (ik zal ze vanaf nu afkorten als MP's, *Morning Pages*) vanuit dat vertrouwen te doen. Het zijn geen strafregels. Het is eerder een vorm van meditatie, van wijsheid opdoen omtrent jezelf. Je kunt ze niet fout doen. Laat dat hele idee los. "Fout doen" betekent dat je jezelf vergelijkt met een of ander schimmig ideaal buiten je. Terwijl je bezig bent jezelf te definiëren naar je eigen maatstaven.

Ook hoef je je niet per se te houden aan wat Cameron voorschrijft. Ik heb het zelf bijvoorbeeld altijd erg prettig gevonden om na een bladzij zeuren een stukje te lezen in een inspiratieboek en daarover dan te schrijven. Zo ontdekte ik wat ik zélf vond, door me te verhouden tot de ideeën van anderen.

Mensen vragen me soms ook hoe groot die bladzijden dan moeten zijn. In *The Right to Write* geeft Cameron ongeveer A4 aan. Dat is best veel. Volgens mij mag gewoon schriftmaat ook hoor. En zelf houd ik ervan om een mooi schrijfboek te kopen, terwijl dat anderen juist het gevoel geeft dat ze ook 'mooi' moeten schrijven.

Het is echt waar dat het beter is om MP's met de hand te schrijven. De link met je hart is dan directer. Maar als het fysiek onmogelijk is, mag je best op je laptopje typen, al raad ik je wel aan om niet aan je bureau te gaan zitten. MP's moeten je niet het gevoel geven dat je aan het werk bent. Soms – in zware tijden – valt het me makkelijker mijn gevoelens op de computer te uiten dan met de hand. Iets minder bloedig, zeg maar. Niks mis mee.

Ik merk in elk geval dat als ik een tijdje de MP's laat versloffen, er iets misgaat, zowel in mijn hoofd als in mijn lijf. Zodra ik ze dan weer oppak, kom ik als het ware thuis bij mezelf.

## credo

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 toegevoegd wordt aan het universum
- dat de Muze van mij terugverdient wat zij mij geeft: vertrouwen, aanwezigheid, en toewijding

naar Jan Phillips

## Vragen?

Schrijf je vragen op, en stel ze in je ervaringsverslag, dan zal ik ze beantwoorden.

Hella Kuipers