

IF NOT NOW, THEN WHEN?

Mijn [cursussen en e-books](#) kosten nu maar **vijf euro**, en staan stikvol inspiratie.

Alle cursussen zijn te bestellen door **€5** over te maken op NL90 INGB 0003 8794 67 tnv H. Kuipers, Groningen onder vermelding van de naam van de cursus.

SCHRIJFCOACHING

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.

SCHRIJFCADEAUBON

Ben je je hoofd alweer aan 't breken om originele cadeaus te verzinnen voor Sint of Kerst?

Waarom geef je geen schrijfcursus? Of een consult van de schrijfcoach?

Met een [schrijfcadeaubon](#) wordt het een feestelijk cadeau!



SCHRIJFVEREN

De [Heldenreiscursus](#) is niet de enige cursus die ik aanbied om een complete roman te schrijven.

Als je niet zo'n plotter bent, en liever je pen het werk laat doen, raad ik je de cursus [Schrijfveren](#) aan. Die is niet alleen bedoeld voor inspiratiezoekers, maar óók voor romanschrijvers!

Je doet dan niet één maand over het schrijven van je boek, maar 12 maanden. Om je te laten kennismaken – en ook om je extra inspiratie te bieden voor [NaNoWriMo](#) - geef ik hier voorbeelden van schrijfveren per Heldenreisetappe, voor elke dag één!

1 nov 1. de Gewone Wereld

zoals elke dag ...
 een ingelijste foto

3 nov 2. de Oproep tot het Avontuur

ik zou willen dat ik kon ...
 een onverwachte brief

5 nov 3. de Oproep Weigeren

redenen om te blijven

6 nov 4. de Ontmoeting met de Mentor

gesprek met een oude vrouw
 wat zit er in de doos?

8 nov 5. over de Eerste Drempel

wie houdt je tegen?

9 nov 6. Beproevingen

de rivier oversteken
 een bord met een pijl
 lokaal bier
 ik weet nooit zeker wie hij is

13 nov 7. op weg naar de Binnenste Grot

in mannen is het altijd oorlog
 om de tafel
 als een dief in de nacht
 sokken breien

17 nov 8. de Vuurproef

als kind was ik bang voor ...
 bij nacht en ontij
 een sterk touw
 dood in het huis van de liefde

21 nov 9. de Beloning

onbeheerst dansen
 iemand gaf je bloemen
 je favoriete kleurpotlood
 vanaf die dag zou ik nooit meer ...

23 nov 10. de Terugweg

voorbij de horizon
 iemand speelt piano
 die keer dat je over een hek klom
 over het maken van een omweg

26 nov 11. Dood en Wederopstanding

kleren wassen
 de sleutel inleveren
 het masker afdoen

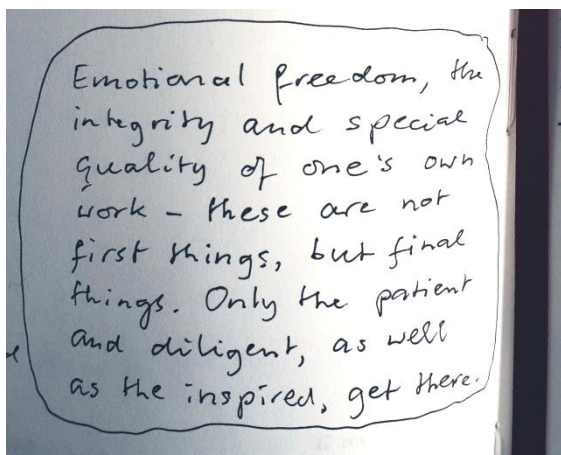
29 nov 12. de Terugkeer met het Elixer

die keer dat iemand ja zei
 net als elke dag ...



**National
 Novel
 Writing
 Month**

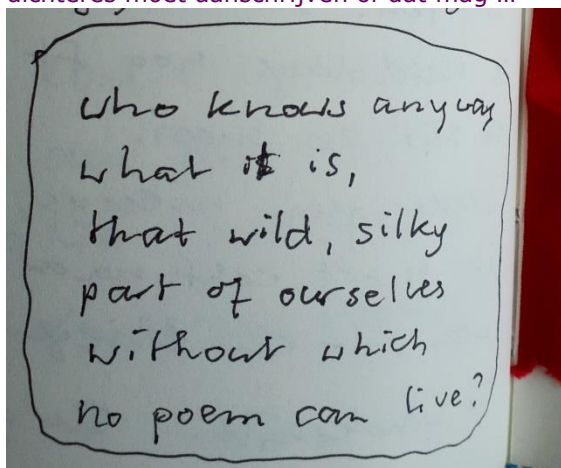
MORNING PAGES



Ik weet niet hoe het jullie vergaat, maar ik heb de [Morning Pages](#) weer in ere hersteld. Een hele tijd schreef ik alleen 's avonds, en dat werd dan een kort verslagje van de dag, eventueel met medicijngebruik en bloeddruk-cijfers. Kommer en kwel en nergens goed voor, eigenlijk.

's Morgens neem ik de tijd, en gaat het opeens over veel meer dingen die me bezighouden.

Hoe te reageren op een (ver) familielid die opeens viruswappie blijkt, hoe de tijdgeest langzamerhand verhardt en verlelijkt, hoe je voelt dat iemand in een depressie lijkt te verzinken maar een bezoekje onmogelijk is, hoe er nog steeds mooie reacties blijven binnenkomen over [Vrouw en Kunst](#), en dat ik op zoek naar een gedicht voor een van [Heldinne's Reisboekjes](#) misschien wel de échte titel heb gevonden en dat ik dan de dichteres moet aanschrijven of dat mag ...

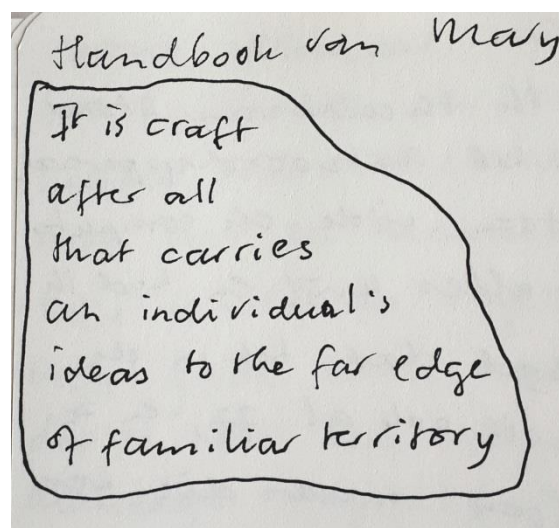


En dan pak ik er naar goede gewoonte nog even een inspiratieboek bij, om mooie citaten uit over te schrijven. Ik heb mij getraakteerd op [A Poetry Handbook](#) van Mary Oliver. Waarom is dat in vredesnaam niet vertaald? Ik wil het bijna in z'n geheel overschrijven. Waarmee ik maar wil zeggen: als je in deze tijd je hoofd boven water wilt houden - mentaal en spiritueel - dan moet je het voeden met wat goed is voor jou. En er is geen beter manier om erachter te komen wat dat is, dan weer gehoorzaam je Morning Pages doen. Geloof mij.

In de cursus [The Artist's Way](#) schrijf ik er dit over:

Morning Pages 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.

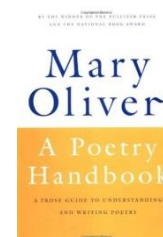
Ook hoef je je niet per se te houden aan wat Cameron voorschrijft. Ik heb het zelf bijvoorbeeld altijd erg prettig gevonden om na een bladzij zeuren een stukje te lezen in een inspiratieboek en daarover dan te schrijven. Zo ontdekte ik wat ik zélf vond, door me te verhouden tot de ideeën van anderen.



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.



Blijf schrijven en creëren!

Hella Kuipers