

HELDENREIS CURSUSSEN



- cursus [Heldenreis](#) - een schrijfcursus om een complete roman of een kinderboek te leren schrijven.
- 14 lessen, 112 pagina's

- cursus [Heldinne's Reis I](#) - een autobiografisch avontuur voor vrouwen.
- 8 lessen, 143 pagina's

- cursus [Heldinne's Reis II](#) - een schrijfcursus om een boek te schrijven over een vrouwelijke hoofdpersoon, zowel fictief als (auto)biografisch.
- 14 lessen, 195 pagina's

- cursus [The Artist's Way](#) - een online coachingsprogramma van 12 weken om je creativiteit (op welk gebied dan ook) weer te laten stromen.
- begeleidingsmateriaal voor 12 weken, 48 pagina's

- cursus [Schrijfveren](#) - een schrijfcursus van een jaar, om (1) erachter te komen waar jouw kracht ligt, als schrijver, of om (2) een compleet boek te schrijven waarbij je intuïtie het werk doet.

- 2 cursussen in één, 99 pagina's

- cursus [Honderd Valkuilen](#) - een schrijfcursus die alle technische aspecten van creatief schrijven (fictie) behandelt, aan de hand van het meest complete schrijf-handboek.

- Les 1 een goed begin
 - Les 2 stijl
 - Les 3 plot
 - Les 4 conflict en spanning
 - Les 5 personages verzinnen
 - Les 6 karakterisering
 - Les 7 karakterontwikkeling
 - Les 8 vertelperspectief
 - Les 9 dialoog
 - Les 10 beschrijving
 - Les 11 locatie
 - Les 12 tijdsverloop
 - Les 13 einde en hoogtepunt ;)
 - Les 14 revisie
 - Les 15 inspiratie
 - Les 16 schrijfproces
- 16 lessen, 135 pagina's

Alle cursussen zijn te bestellen door €5 over te maken op NL90INGB0003879467 tnv H. Kuipers, Groningen onder vermelding van de naam van de cursus (stuur ook even een mail naar info@heldenreis.nl).

SCHRIJFCAFÉ

Velen van jullie weten misschien niet eens meer dat ik een aantal jaren het [schrijfcafé](#) in Heerenveen heb geleid. Misschien weet je zelfs niet eens wat een schrijfcafé is!

Ik moest het ook altijd uitgebreid uitleggen: je komt samen met een groep, degene die het leidt heeft een aantal mooie opdrachten verzonnen, en samen schrijf je. Het is wonderbaarlijk hoeveel creatieve energie er dan vrijkomt. Iedereen staat verbaasd over het eigen talent en dat van de anderen.



Het is niet de bedoeling dat je iets "leert" of om stevige kritiek te leveren. Het enige

doel is: het plezier van schrijven ervaren, en meemaken dat iedereen het kan. Er staat een lijst van schrijfcafé's op de website van [Shodo](#), de uitvindster ervan. Maar daarbuiten bestaan er nog veel meer, zoals het schrijfcafé van schrijfvriendinnen [Vera](#) (in Amsterdam – Watergraafsmeer) en [Sietske](#) (in Gytsjerk).

JE GOUDADER

Omdat ik nog geen idee had waarover ik in de oktober-nieuwsbrief wilde schrijven, vroeg ik online wie nog ideeën had. Iemand opperde: de nieuwe Cameron! Je weg in de wereld!

Ik schrok ervan, had ik iets gemist? Gauw naar bol. "Van bestsellerauteur Julia Cameron het vervolg op het internationale succes *The Artist's Way* voor je creatieve ontwikkeling" ronkte de samenvatting van het boek uit 2003.

Grote onzin natuurlijk. Hét vervolg op *The Artist's Way* is *The Vein of Gold* (1997). Waarom dat nog steeds niet vertaald is, is mij een raadsel.

The Vein of Gold (de Goudader) gaat veel meer dan *The Artist's Way* in op het soort kunst dat jij wilt gaan maken, en hoe andere kunstvormen daarbij inspirerend kunnen zijn. Iets waar ik bijvoorbeeld veel aan gehad heb, is het maken van een *Expansion Tape* (ja, een cassettebandje toen nog). Muziek waar je groter van wordt, die je luid wilt meezingen of met grootse gebaren mee-dirigeren.

Verder heb ik uit het boek twee fantastische oefeningen gehaald.

OEFENING 1

Waar ligt jouw goudader?

Beantwoord de volgende vragen zo snel mogelijk (niet lang nadenken):

1. Noem drie favoriete films.
2. Noem je favoriete kinderboek (uit de tijd dat je zelf een kind was).
3. Noem drie personages (bv. uit boeken of tv-series) waar je dol op was.
4. Noem drie personages die je graag speelde.
5. Noem drie onderwerpen waar je momenteel veel over denkt.
6. Noem drie onderwerpen waar je veel over leest.
7. Waar ging je kinderboek over?
8. Waar gaan je favoriete films over?
9. Hebben dat boek en die films iets gemeen?
10. Hebben die personages en die onderwerpen iets gemeen met je films en je boek?
11. Waarin stemmen zowel je films als je boek als je personages als je onderwerpen overeen?
12. Daar ligt jouw persoonlijke goudader, dat is jouw "natuurlijke onderwerp." Hoe zou je jouw natuurlijke onderwerp omschrijven?

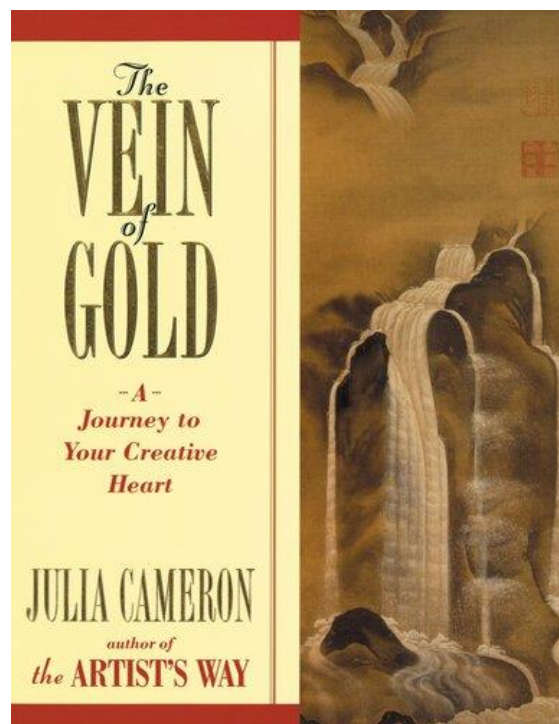
Deze quiz heb ik op heel veel workshops uitgedeeld, en iedereen is altijd weer verrast hoe goed de uitkomst klopt. Als je hem na een aantal jaren opnieuw invult, zijn er wel nuances veranderd, maar niets essentieels.

OEFENING 2

Een ander concept dat in *The Vein of Gold* wordt behandeld, is dat van de *Secret Selves*, een ideale manier om aan de hand van verschillende aspecten van je eigen persoonlijkheid een heel diverse cast van personages te verzinnen.

1. Bedenk tenminste 5 verborgen ikken (meer mag!).
2. Geef ze allemaal een naam: een voornaam (zielige Sietske), of een beroep (de Lerares), of een eigenschap (het IJspaleis).
3. Beschrijf vijf dingen die je in de klerenkast van iedere ik kunt vinden.
4. Beschrijf hoe je leven er uit zou zien, geleid door ieder van hen afzonderlijk.
5. Ziezo: je hebt zojuist minsten 5 zeer uiteenlopende personages verzonnen!

Voor wie het leuk vindt: ik heb hem zelf ooit [uitgewerkt](#) voor 15 van mijn *secret selves*.



Blijf schrijven en creëren!
Hella Kuipers