



Schrijven tussen de schapen over de Hilversumse heide

Wandelen als inspiratiebron

WIE WANDELT WEET DAT HET IETS DOET MET JE DENKEN. JE GEDACHTEN GAAN STROMEN EN KOMEN LOS VAN HET ALLEDAAGSE. VERRASSENDE IDEEËN PLOPPEN ALS PADDENSTOELEN OP IN JE HOOFD. DIT IS PRECIËS HET MECHANISME WAAR CORRIE GRAMSER VAN ZINEXPRESZ GEBRUIK VAN MAAKT TIJDENS HAAR SCHRIJFWANDELINGEN: 'IK WIL DEELNEMERS DE OGEN OPENEN.'



■ TIALDA HOOGEVEEN

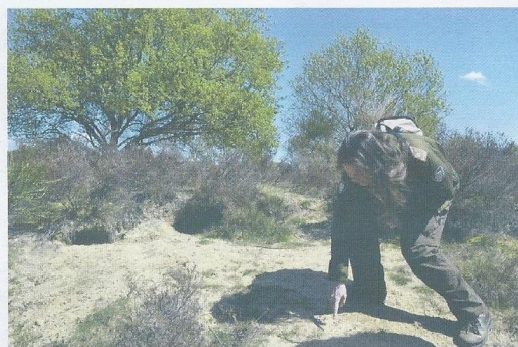
Het startpunt is het kantoor van schrijfcoach Corrie Gramser, waar ze schrijfblokjes uitdeelt en de eerste twee opdrachten toelicht. 'Zoek een voorwerp onderweg en neem het mee. Zodra we bij de kudde zijn, gaan we daar van start met de tweede opdracht.'

We wandelen door een winkelcentrum aan de rand van de stad en komen al snel in een donker bos dat na enkele honderden meters plaatsmaakt voor de uitgestrektheid van de heide. 'Door mensen te laten zoeken naar een voorwerp en door andere schrijf oefeningen wil ik deelnemers de ogen openen. Mensen zien bijna niets meer, ze zijn in hun hoofd bezig met to-do-lijstjes en missen daardoor veel in hun omgeving.'

OGEN OPEN

Niet alleen Corrie opent ons de ogen, ook boswachter Thea Sciarone van het Goois Natuurreservaat laat ons dingen zien waar je anders argeloos voorbij zou lopen. Fladderende oranje-tipjes en citroenvlinders en een scheefgegroeide berk.

'Mijn favoriet is het gentiaanblauwtje', zegt ze. Ze legt uit hoe deze blauwe vlinder als rups volledig afhankelijk is van de klokjesgentiaan, een plantje dat alleen bij het juiste beheer kan groeien op de heide. 'We laten de schapen pas na de bloei grazen, anders verdwijnt



de bloem. Na de bloei is beheer van schapen heel belangrijk, door te maaien zou je de plant vernietigen en kan de vlinder een volgend jaar haar eitjes niet afzetten op deze waardplant.'

De schapen, daar kwamen we voor! In de verte horen op de we ze al blaten in vele toonhoogtes, afgewisseld met de hoge fluittonen van herder Caspar van Tongeren die zijn twee bordercollië instructies geeft de kudde bijeen te houden. Corrie daarentegen drijft ons, de schrijfkudde, uiteen voor de tweede opdracht. 'Ga zitten op een fijne plek, vlakbij de kudde. Ga alle vijf zintuigen langs en schrijf per zintuig zo veel mogelijk op wat je ziet, voelt, hoort, ruikt en proeft. Schrijf daarbij ook in vijf zinnen op wat je denkt.'

We gaan verspreid zitten op de heide die uit de wind in een beschut kuiltje aangenaam warm is. Iedereen verdwijnt in zijn hoofd en in zijn aantekenboekje. De schapen trekken zich niets aan van de schrijvende mens en grazen gretig verder. Onverstoorbaar naderen ze de schrijvers

ONVERSTOORBAAR NADEREN DE SCHAPEN DE SCHRIJVERS SOMS TOT OP WEL EEN METER AFSTAND

soms tot op wel een meter afstand. 'Ze moeten acht uur per dag eten om voldoende voedsel binnen te krijgen', weet Thea.

De tijd die staat voor de opdracht vliegt voorbij. We lopen verder, terwijl Thea onderweg vertelt over de heide en zijn natuur. 'Hier is een zandholletje gemaakt door een solitaire bij', zegt ze, als we een stukje van het wandelpad zijn afgegaan en een kuil met een warm microklimaat betreden. Wie goed kijkt, ziet meer, zo blijkt maar weer. Het gaatje is minuscuul. En dat geldt ook voor het beschrijven per zintuig, het is bruikbaar bij elk artikel, gedicht of verhaal dat je wilt schrijven. Alleen zo kun je iets levensecht beschrijven of juist associatief afdwalen en een gedicht schrijven. Wandelen is daarbij van toegevoegde waarde, omdat je daardoor het blikveld om je heen steeds verandert. Een van de deelnemers, dirigent

van beroep: 'Om te kunnen schrijven, moet ik heel erg naar binnen gaan, in mijn hoofd. De natuur helpt me daarbij.'

GEDACHTEN STROMEN

Al sinds 2011 organiseert Corrie schrijfwandelingen. Daarnaast biedt ze allerhande schrijftoertrainingen aan vanuit haar kantoor. 'Door te wandelen, laat ik gedachten stromen en zet ik zintuigen open. Mensen hebben hun hoofd vol, daardoor ontgaat ze veel. Aan de hand van opdrachten nodig ik de deelnemers uit hun omgeving met andere ogen te bekijken. De inspiratie ligt overal letterlijk voor het oprapen. Door de wandeling komen mensen bovendien makkelijker met elkaar in contact, wandelen verbreedert. Hierdoor is het eerste ijs gebroken en stellen ze zich bij het schrijven wat makkelijker voor elkaar open en durven meer voor te lezen. Verder legt het wandelen een verbinding

tussen de linker- en rechter hersenhelft, waardoor ratio en creativiteit wat makkelijker bij elkaar komen. Mensen komen wat meer los van de 'regeltesjes' of grijpen iets makkelijker de 'structuur' die ik ze bied.'

We lopen terug, warme wangen van de wind, benen loom van de wandeling, een hoofd ontspannen en gevrijwaard van huishoudelijke sores.

Eenmaal op kantoor, gaan we verder met de munitie in het aantekenblok. Corrie: 'Door de observatieoefeningen open ik bij mensen alle zintuigen. Bij de schrijfoefeningen houd ik het klein. Ik wil dat jullie plezier beleven aan schrijven en niet bezig zijn met of het goed is.'

Dat is precies wat een van de deelnemers nodig had, de geruststelling dat het schrijfsel geen literatuurprijs hoeft te winnen, maar gewoon fijn moet zijn om te doen. We krijgen de opdracht per zintuig drie zinnen aan te kruizen die je wilt benutten in de tekst. Voor wie wil mag het voorlezen. Aarzelend leest iedereen zijn tekst voor, het resultaat is verrassend, als poëzie klinken

Schrijfwandelingen

Corrie Gramser van Zinexprez organiseert verschillende schrijfwandelingen in Hilversum:

- Van buiten naar binnen
- Schrijven en schapen
- Jong Dudok

Kijk op www.zinexprez.nl voor meer informatie.

Ook elders in Nederland zijn aanbieders te vinden van schrijfwandelingen.



de gedachten en waarnemingen door het schrijfkantoor. Dan gaan veertjes, steentjes, plastic afval en andere vondsten over de tafel. Het voorwerp dat iedereen heeft gevonden, levert

verrassende associaties op, opent luikjes naar herinneringen van weleer. De sluis naar vrij schrijven is open, wandelen was een onmisbare stap in dit proces.

