

# **SPELEN MET JE LEVEN**

~ Over het schrijven van levensfictie ~

## COLOFON

Spelen met je leven – over het schrijven van levensfictie

Kijk voor meer schrijftips en inspiratie op:

- [Boekschrijven.nl](http://Boekschrijven.nl)
- [Facebook.com/boekschrijven](https://Facebook.com/boekschrijven)
- [Twitter.com/schrijftips](https://Twitter.com/schrijftips)

Copyright © 2017 BoekenGilde

Uitgever: BoekenGilde

ISBN: 978-94-6323-066-7

Idee: Nanda Huneman - Wonder-word & Boekschrijven.nl

Auteur: Nanda Huneman - Wonder-word

Tekstredactie: Yvonne Neppelbrink - TXTlab, communicatie en redactie

Druk: Boekengilde.nl

Vormgeving: Nicole Nijhuis - Boekengilde.nl

## LEVENSFICTIE - EEN INLEIDING

*'Dit boek is voor een deel gebaseerd op mijn eigen ervaringen. Het onderliggende gevoel van het boek is doorleefd. Ik ben op zee opgegroeid en moest leren aarden op land. Ik ben de oceaan overgestoken en ben daardoor anders naar mezelf en mijn leven gaan kijken.*

*Toch gaat dit verhaal niet over mij. Ook al heb ik vergelijkbare dingen meegemaakt, bij elke herschrijfronde is mijn boek fictiever geworden.'*

Zo begin ik mijn roman Fok, die in 2014 uit is gekomen. Het is mijn verhaal, en toch ook weer niet. In Fok heb ik fictie ingezet om mijn eigen verhaal beter te kunnen vertellen.

### **Een leven is geen boek**

Toen ik over mijn leven ging schrijven, had ik steeds het gevoel dat er iets miste. Ik zocht naar een manier om trouw te blijven aan mijn eigen verhaal en tegelijkertijd naar een manier om boven mijn eigen verhaal uit te stijgen. Ik wilde niet alleen een verslag van mijn leven schrijven, niet alleen over Nanda vertellen met een idyllische jeugd op zee en een lastige tijd in een klein vissersdorpje. Over mijn avonturen op de oceaan en het gedoe met de bemanning. Ik wilde een spannend, samenhangend boek dat ook bij de lezer aan zou komen. Persoonlijk, maar met een universele ondertoon.

Maar zo makkelijk is dat niet. Onze levens zijn rommelig, fragmentarisch en schokkerig. We leven ons leven niet in een rechte lijn. Het is zo makkelijk om de weg kwijt te raken als je over je eigen leven schrijft. Er valt zoveel te vertellen. Zoveel details, die er niet echt toe doen, maar die voor jou wel belangrijk waren. Zoveel mensen die een rol hebben gespeeld, maar die je onmogelijk allemaal kunt noemen.

Mijn leven had geen heldere spanningsboog en een duidelijk plot. Het had ook geen markeringen in de kantlijn met: dit is belangrijk en dat niet. Sommige

keerpunten zijn heel helder, andere was ik al halfvergeten of kwamen pas heel geleidelijk tot stand.

Nee, onze levens zijn geen romans. Als we ons verhaal precies zo opschrijven als het is gebeurd, dan wordt het voor de lezer onleesbaar. Een vage opeenvolging van gebeurtenissen die niets met elkaar te maken hebben. Die voor jou als schrijver geen recht doet aan die oorspronkelijke sprank die je hebt ervaren.

Pas toen ik bij het schrijven van Fok levensfictie in ging zetten, kreeg mijn verhaal samenhang en betekenis. En kreeg ik bovendien echt lol in het schrijven van mijn boek. Ik liet dingen weg, ik verboog de werkelijkheid, verzon nieuwe verhaallijnen en creëerde een plot.

4 Verzinnen en vervormen is net zo natuurlijk als het vertellen van je eigen verhaal. Als schrijver maak je gebruik van het menselijke vermogen om een nieuwe wereld te scheppen. Je tilt je levensverhaal op uit zijn eigen rommeligheid. Je scharft, scharft, voegt toe, laat weg, geeft richting, vormt om. Je bent niet alleen een mens die zijn verhaal vertelt, je wordt een schrijver die de essentie eruit weet te halen. Daarbij put je uit je eigen ervaring en maak je tegelijkertijd gebruik van je natuurlijke verbeeldingskracht.

**“ Bij levensfictie combineer je je eigen doorleefde verhaal met fictieve elementen, zodat de essentie van jouw verhaal over kan komen bij een lezer. ”**

### **Spelen met je leven**

Eigenlijk speel je al schrijvende met je leven. En dat heeft zowel een lichte als een spannende kant.

Het is spannend omdat je niet weet waar je levensverhaal naartoe gaat als je begint te fictionaliseren. Het is spannend omdat, ook al ga je bepaalde dingen

misschien weglaten of vervormen, je de onderliggende waarheid wel aangaat. Je duikt in je levensverhaal om te onderzoeken welke krachten daar spelen, welke pijn daar schuilgaat en welk potentieel er huist. En daarvoor neem je risico. Je kunt eigenlijk niet over je leven schrijven, als je te veel reserve hebt, als je het op veilig wilt spelen. Dan wordt je verhaal flets en kom je niet bij de kern. Als je een boek over je leven wilt maken, beleef je je leven een paar keer opnieuw. En de kans is groot dat je gaandeweg dingen tegenkomt die je liever niet tegenkomt, dat je dingen moet loslaten die pijn doen. In die zin 'speel je met je leven' – je zou je leven kunnen verliezen. Het leven zoals je dat tot nu toe kende en misschien wel koesterde of vreesde. Je leven is niet langer veilig als je het gaat omtoveren tot een roman.

Maar daarnaast heeft het ook iets lichts om de werkelijkheid niet zo serieus te nemen. Je mag jezelf toestaan om dingen te verzinnen, bijna alsof je een kind bent. Er mogen fantasiewezens in voorkomen en je mag scènes uit de hand laten lopen. Je mag bizarre wendingen verzinnen en poëtische metaforen gebruiken. Dingen met elkaar verbinden die in werkelijkheid niets met elkaar te maken hebben. Dat is een creatief proces, dat naast confronterend en diepgaand, ook gewoon leuk kan zijn. 'Je speelt met je leven' – je gooit er wat in, je haalt er wat uit, je vergroot, verkleint. Je gaat van een extra steile glijbaan, je schommelt tot hoog in de lucht en 'wipwapt' met verzonnen personages.

5

**“Spelen met je leven op papier is een creatief, speels en verrassend proces. Tegelijkertijd is het spannend: je speelt met vuur, je kunt niet over je leven schrijven zonder jezelf te branden.”**

### **Vormen en verzinnen**

Met fictie bedoel ik niet alleen dat je er dingen bij verzint. Levensfictie is ook een kwestie van stijl en vorm.

Fictie komt van het Latijnse 'fictio' en betekent 'vorming, vinding, verdichtsel, voorwendsel, leugen, gedaante en ook zinrijke vinding' en is een afleiding van 'fingere': 'vormen, veinzen, veranderen, vormgeven, verzinnen, voorwenden, huichelen'.

Fictie gaat dus niet alleen over fantasie. Naast 'huichelen, verzinnen en veinzen' is fictie ook 'veranderen, vormen, vormgeven'. Het gaat niet alleen om 'voorwendzels en leugens', maar ook om 'vormingen, vindingen en verdichtzels'.

Dus als je levensfictie toepast, betekent dat niet alleen dat jouw verhaal niet op de werkelijkheid is gebaseerd. Het betekent ook dat je je levensverhaal vervormt, verandert, verdicht. Je vervormt je levensverhaal zo, dat het aan kan komen bij de lezer. Dat het samenhang krijgt, een rode draad, een spanningsboog, een ontwikkeling.

**“Je buigt de onsamenhangende werkelijkheid om tot een verhaal.”**

Als je jouw doorleefde, unieke levensverhaal combineert met de juiste verteltoon, levert dat krachtige en creatieve verhalen op. Krachtig, omdat je je eigen verborgen kennis en ervaringswijsheid inzet. Creatief, omdat je het in een originele en spannende vorm giet.

### **Fictie heeft vele gradaties**

In het gebruik van levensfictie zijn allerlei gradaties mogelijk. Je kunt je beperken tot het samenvoegen van bepaalde momenten en het weglaten van specifieke personages. Maar je kunt ook een heel nieuw verhaal tot stand laten komen, met verzonnen wendingen en personages en plaatsen.

Het kan ook zijn dat je levensverhaal geen roman wordt, maar dat je schrijft in korte, pakkende hoofdstukjes, die misschien meer op gedichten lijken. Of dat je schrijft in de vorm van een brief, een dagboek, een reisverslag of een lesboek.

En ook het vinden van een passende stijl en toon hoort bij het verbuigen van je verhaal. Wil je meeslepend en spannend schrijven? Of juist gevoelige schetsen maken? Of wil je er een kinderlijk fantasieverhaal van maken? Of humor en overdrijving gebruiken?

**“ Fictie is het vinden van de juiste invalshoek en toon die recht doen aan je verhaal en boeiend zijn voor de lezer. ”**

Ieder verhaal heeft zijn eigen vorm, iedere schrijver zijn eigen stijl. Daar zijn geen algemeen geldende wetten voor. Maar als je de juiste vorm van fictie vindt voor jouw verhaal, helpt je dat om je verhaal richting te geven.

### **Door fictie te gebruiken, bevrijd je jezelf van je eigen verhaal**

Daarnaast is het omzetten van je levensverhaal tot een boek ook vaak een helend en inzichtgevend proces. Je doet het niet alleen voor de lezer. Je doet het ook voor jezelf.

Hoe meer fictie je gebruikt, hoe meer je gaat inzien dat er meerdere manieren zijn om naar je eigen verhaal te kijken. Er is niet één waarheid. Dat kan een enorm bevrijdend werken. Door met je leven te spelen op papier, ontstaat er ruimte. Je eigen verhaal wordt groter, universeler. Je raakt het verhaal onder je verhaal aan, het verhaal dat niet alleen over jou persoonlijk gaat. Dit brede kader kan je helpen om tot nieuwe inzichten te komen en oud zeer los te laten. Als schrijver onderga je niet alleen je leven, je scheidt het opnieuw. En daarin schuilt een enorme, helende kracht.

**“ Levensfictie helpt je om de waarheid onder de waarheid te zien. Ook al verfraai en verdraai je, je zegt met jouw fictieve verhaal wel precies wat je zeggen wilt. ”**

Mijn voorwoord in mijn roman Fok sluit ik daarom af met een citaat van schrijfster Jessamyn West: *“Fictie onthult waarheden die de werkelijkheid verbergt.”*

## **Opzet van dit boek**

Dit boek schrijf ik aan de hand van mijn eigen schrijfproces. Al met al heb ik zeven jaar over Fok gedaan, inclusief alle pauzes en bezinkmomenten. De verschillende stadia hoe levensfictie zich vormt, heb ik daardoor uitgebreid doorleefd.

Omdat ik sinds 2005 ook als schrijfcoach werk, weet ik dat ik niet de enige ben die hiermee worstelt. Regelmatig schuift er iemand bij mij aan de schrijftafel. Mensen met spannende, ontroerende en bijzondere levensverhalen. Samen onderzoeken we dan hoe je daar nou een goed boek van kunt maken.

Omdat ik tijdens mijn coachgesprekken vaak merk dat het helpt als ik over mijn eigen ervaringen spreek, heb ik dat ook in dit boek als richtlijn genomen. Maar natuurlijk blijft het een creatief en ongewis avontuur en hoeft het niet te betekenen dat mijn weg ook jouw weg is. Er zijn geen gouden wetten. Dit was wat mij hielp, wat ik heb geleerd, hoe het bij mij ging. Ik hoop dat het je inspireert en aanmoedigt om het verhaal te vinden dat in jouw leven besloten ligt.

Mocht je Fok willen lezen dan vind je achterin dit boek de praktische details. Regelmatig citeer ik fragmenten uit Fok om een bepaalde schrijftechniek of procesfase toe te lichten. Deze fragmenten staan op zichzelf en kan je volgen zonder Fok te lezen. Wel onthul ik in dit lesboek een aantal belangrijke ontknopingen en plotwendingen uit Fok. Dus als je Fok nog onbevangen wilt lezen, kan je Fok het beste vooraf of parallel aan dit boek lezen. Elk hoofdstuk sluit ik af met een aantal schrijfopdrachten, zodat je de lessen uit het hoofdstuk meteen in de praktijk kunt brengen. Haal hier vooral de oefeningen uit waarvan jij denkt dat ze je zullen helpen, en laat andere die niet van toepassing zijn rustig liggen. Je hoeft zeker niet alle opdrachten te doen. Ze zijn bedoeld om je op gang te brengen, om je een startpunt te geven en je uit te dagen met verschillende stijlen en technieken aan de slag te gaan. Stel je eigen mix samen!



Dit boek is opgedeeld in drie delen.

## **1. LEVEN**

Het eerste deel gaat over het opschrijven van jouw levensverhaal. Zonder dat je daarbij een lezer in gedachten hebt. Jij, als schrijver, neemt de vrijheid om je verhaal te verkennen. Je gebruikt de waarheid en soms de verbeelding, omdat beide tot onze natuur behoren. Op een gegeven moment komt dan de essentie van je verhaal bovendrijven.

Je leert over de kracht van je ware levensverhaal en hoe je die basis ten volste kunt benutten voordat je gaat fictionaliseren. Je leert hoe je je eigen stem en waarheid kunt vinden en hoe je fictie in kan zetten om los te komen van je eigen verhaal, zodat er daarna meer ruimte is voor het creatieve proces.

## **2. VERHAAL**

Het tweede deel gaat over het schrijven voor een lezer. Je gaat nadenken hoe je je verhaal zo goed mogelijk kunt overbrengen, zodat de essentie naar voren komt. Daarvoor staan stijlmiddelen tot je beschikking. Overdrijven, afzwakken, samenvoegen. Je wordt de regisseur van je verhaal.

Je leert over verschillende manieren waarop je fictie in kunt zetten, zonder inhoudelijk veel aan je levensverhaal te veranderen. Je leert over constructie, het schrijven in scènes, metaforen, perspectief, tijd, stijl en vorm.

## **3. BOEK**

Het derde deel gaat over het omzetten van verschillende verhaalelementen tot een samenhangend en spannend boek. Van alle fragmenten die je tot nu toe hebt verzameld, maak je een geheel. Je past de loop van je verhaal aan, zoekt de grenzen van fictie op en creëert een centraal (fictief) moment. Je zet je leven om in een roman.

Je leert hoe je gebruikmaakt van de twaalf verhaaltappen van de 'Reis van de Held' van Joseph Campbell. Je leert over het inzetten van verzonden verhaallijnen, het vinden van een plot, het opbouwen van een spanningsboog en hoe je toewerkt naar een climax en een elixer.