

Kijken

Ik zie, ik zie.....wat jij niet ziet



Schrijven is kijken met je pen

Zien is het zintuigelijk waarnemen van beelden. Dit kan zijn dat je iets ziet, of dat je iets ziet in je gedachten. Het mooie van schrijven is dat je steeds meer “ziet”. Het oog ziet natuurlijk niet, het waarnemen gebeurt in je hersenen. In de podcast In de diepte, Baan door het Brein, licht Iris Sommer de 6 zintuigen toe: reuk, smaak, zicht, tast, gehoor, evenwicht en intuïtie.

“Onze zintuigen zijn de enige bron van informatie over de buitenwereld die we hebben”, maar ze zijn verre van betrouwbaar”. Iris Sommer

Elke waarneming is subjectief. Schrijven brengt je in de subjectiviteit van de gelaagdheid. Afpellen en doorleven. Schrijven verbreed je blik en perspectief. Hoe we naar ons verleden kijken, bepaalt ook hoe we naar onze toekomst kijken. Elke schrijver heeft zijn eigen unieke manier van kijken. En dat zie je terug in de schrijfsels.

Schrijven geeft rust om opnieuw te zien, het daagt je uit te kijken, ook om de hoek en in de schaduw. Hoe kijk jij? Durf je dwalen, te verdwalen in wat je ziet?

Foto's: Tony Tasset's Eye sculpture, en Marilyn Josiena "De Kus"



Zien

is het zintuiglijk waarnemen van beelden, oftewel visuele waarneming. Dit kan fysiek als ook mentaal

Kijken



- 1) (iets of iemand) bewust zien
- 2) Door je gezicht laten zien hoe je je voelt
- 3) Bewust en met aandacht kijken (1) naar (iets)
- 4) Nagaan- Ik ga even kijken
- 5) “ Net komen kijken” onervaren zijn
- 6) “Daar komt heel wat bij kijken” Veel bij betrokken

Uit: woorden.org

Kijken

kijken naar kunst als inspiratiebron

Met veel plezier heb ik enige tijd geleden een cursus kunstgeschiedenis bij The School of life gevolgd. Eén van de schilderijen die me is bij gebleven is het schilderij van Caspar David Friedrich "Wanderer above the sea fog", 1818 Romantiek.

Friedrich brengt iets nieuws in landschappen. Hij is op zoek naar de spiritualiteit in de natuur, en vervangt daarmee het Christendom en al haar ideeën met het sublieme. Dit is één van zijn bekendste werken waarbij sprake is van contemplatie door de natuur.

Doordat we kijken op zijn rug, zijn wij hem als het ware, en worden we uitgenodigd in het schilderij te gaan, de natuur in te gaan die groot en machtig is, en jou zodoende de kans geeft te perspectiviceren met je rol en je leven.

Contemplatie is een andere term voor beschouwing (Wikipedia). Contemplatie en meditatie zijn verwant aan elkaar. Onderzoek uit allang uitgewezen dat mediteren een positief effect heeft op je hersenen.

Zelf streef ik ernaar dagelijks te mediteren. En daarmee geeft het mij een andere ervaring van tijd door de dag heen. Zo ervaar ik bijvoorbeeld minder gehaastheid, en daardoor zie ik meer.



**“De kunstenaar moet niet alleen schilderen wat hij voor zich ziet, maar ook wat hij in hem ziet, als hij echter niet in hem ziet, moet hij ook afzien van schilderen wat hij ziet”
Caspar David Friedrich**

Het is een prachtig schilderij die in zijn eigen tijd iets nieuws bracht. De natuur als wandelende inspiratiebron, als kijkbron voor je schrijven, waarbij je ook datgene schrijft wat jou van binnen raakt, wat je in je ziet, wat jou beweegt: “To wander and to wonder”. Veel kijken en schrijfplezier,

Lieve Groet, Monique

WIL JE OOK DE CREËRENDE KRACHT VAN SCHRIJVEN ERVAREN?

- Om in een schrijfritme te komen, kun je ook van mij e-book in pdf formaat ontvangen. Je krijgt dan voor elf dagen aan schrijfoefeningen. Belangstelling? Mail me dan: monique@verteljeeigenverhaal.nl
- In een groep schrijven brengt wat extra's: je inspireert elkaar en je luistert naar elkaar, waardoor je nieuwe ideeën en ingangen krijgt voor jouw schrijven. Vijf schrijfochtenden, waarin we aan de hand van diverse schrijfoefeningen, -vormen en thema's gaan schrijven in een groep van 4 of 5 deelnemers. Kijk voor meer info op <https://www.verteljeeigenverhaal.nl/Schrijf-VRIJ-dag/>
- Nieuw: Solo-schrijven. Staat nog niet op de site, meer belangstelling: bel of mail me dan.

