

Veel mensen willen hun levensverhaal schrijven. Hoe doe je dat? Wat moet erin komen? En de belangrijkste vraag: hoe begin je? Marelle Boersma heeft na vele thrillers dit jaar de stoute pen opgepakt en samen met haar vader (90 jaar) de autobiografische roman *Kruimels zijn ook brood* geschreven. Marelle geeft oefeningen én schrijftips hoe je een verhaal over je leven schrijft dat zo pakkend is, dat veel mensen erdoor geraakt zullen worden.

‘Pap, wat dacht je ervan om samen een boek te schrijven?’

Het was even stil, waarna hij vroeg: ‘Waarover?’

‘Over ons, ons leven. Over alles waar we nooit over gepraat hebben.’

Dit was het begin van een bijzonder schrijftraject dat ik afgelopen jaar samen met mijn 90-jarige vader startte. Nu ligt er een boek: *Kruimels zijn ook brood*. Tijdens ons brainstorm traject bouwden we aan de structuur van het verhaal, daarna begonnen we deze kapstok samen te vullen. We regen scenes aan elkaar als een ketting vol herinneringen. Er zijn zaken naar voren gekomen die mijn vader nooit met mij gedeeld had, ervaringen die hij dacht mee te nemen in zijn graf. Ook ik heb gevoelens in woorden gevangen waar mijn vader geen weet van had.

“Het is boeiend om te weten waarom mensen doen wat ze doen. Toch blijkt nu dat ik mijn vader vergeten ben. Hij is er gewoon. Mijn vragen aan hem gingen alleen maar over nu, niet over zijn vroegere leven, waar zijn basis ligt.”

Het verhaal start bij het leven van de grootvader van mijn vader in het arme Drenthe waar de beste man turfsteker was. Het gekke was dat ik zijn drijfveren direct herkende als de mijne. De levenslijnen van mijn familie werden gedurende het schrijven steeds beter zichtbaar, via het leven van mijn opa, de jeugd van mijn vader, mijn eigen leven en uiteindelijk naar mijn eigen kinderen.

“Veel in het leven wordt zwijgend doorgegeven. Maar hoe mooi kan het zijn om die belangrijke levenslessen rechtstreeks van je vader te horen. Niet in een les, maar door woorden te geven aan het geleefde leven.”

En dat deden we.

Overzicht creëren

Het leven heeft niet alleen maar mooie, ontspannende en gelukkige momenten voor ons in petto. Soms kom je in wat ruwere omstandigheden terecht. Toch valt het me elke keer op dat veel mensen achteraf (!) aangeven dat ze blij zijn met alles wat hun is overkomen. Ze staan daardoor anders in het leven, hebben een dieper contact gekregen met een naaste of hebben een inzicht verworven dat ze anders waarschijnlijk niet gehad hadden. Daar gaan levensverhalen over.

Nu jij over jouw eigen leven gaat schrijven, over jouw keuzes en over de dingen die jou overkomen zijn, ga je eigenlijk op zoek naar jezelf. Het is een zoektocht waarin je alleen maar meer over jezelf kan leren. Daarom is het goed als je eerst een overzicht maakt van belangrijke gebeurtenissen in je leven.

Oefening:

Maak een lijst van een aantal belangrijke ijkpunten in je leven. Welke situaties zijn voor jouw ontwikkeling belangrijk geweest?

Rangschik deze lijst in een tijdslijn.

TIP:

Je kunt jouw notities ook op post-its maken. Die kun je makkelijk verplaatsen in je tijdslijn.

De schrijfnavigatie

Als je al je herinneringen achter elkaar zou opschrijven, wordt het een en-toen-en-toen-verhaal. Dat is natuurlijk geen probleem als je voor jezelf schrijft, maar wil je een pakkend levensverhaal schrijven, dan is het belangrijk dat je een thematiek gaat ontdekken. Het structureren van je leven gaat je helpen om straks een stevige start te maken en niet te verzanden in de vele herinneringen die allemaal samen jouw leven vormen.

Stel dat je wilt schrijven hoe jouw leven door een ernstige ziekte van een geliefd familielid is veranderd, dan kan deze navigatie je steeds opnieuw richting geven bij het schrijven. Wat heeft het je gekost; wat heeft het je opgeleverd? De herinneringen aan dat familielid spelen dan wél een rol, maar dat je ooit met een schoolvriendin een verre reis hebt gemaakt speelt in dit verhaal geen rol. Met die navigatie in je hoofd kun je makkelijker keuzes maken tussen alle herinneringen in je leven.

Oefening:

- Welke gebeurtenis zorgde ervoor dat je dacht: ik wil mijn levensverhaal schrijven.
- Vaak is deze ervaring het belangrijkste ijkmoment; daar zit je thematiek.

Tip: Je kunt ook een mindmap maken rondom een van de belangrijkste ijkpunten van je leven. Welke herinneringen hebben met deze gebeurtenis te maken?

Verhalen gaan over uitdagingen

Veel verhalen gaan over de uitdagingen die je doorstond, familiepatronen die je dwars zitten, over het geloof en hoe je uitgedaagd wordt om je eigen weg hierin te kiezen. Maar verhalen gaan ook over onthullingen. Die kunnen triest zijn, maar ook vol liefde of kwetsbaarheid.

Deze uitdaging vormt jouw dramaturgische verhaalmotor: het conflict.

Tijdens het schrijfproces van mijn vader en mij, ging op een bepaald moment ons verhaal alle kanten op. Er was zoveel te vertellen. Ik kon geen keuzes maken. Pas toen ik terugging naar de basis, het conflict van het verhaal, wist ik welke scenes erin moesten en welke gebeurtenissen gewoon herinneringen mochten blijven. Dat gaf ons focus en het legde het kader van het verhaal vast. Een aantal scenes sneuvelde, maar ons verhaal groeide.

Veel verhalen hebben te maken met je grootste angst. Andere verhalen gaan over diepe dilemma's en dus over keuzes die je moe(s)t maken.

Oefening

Wat is jouw grootste angst?

- Beschrijf een korte scene waar je die angst onder ogen moet zien.
- Zorg ervoor dat je ook beschrijft hoe je los kunt komen uit die angstknoop.

Welke angst zit verstopt in jouw levensverhaal? Daar vind je de uitdaging die jij het hoofd moest bieden. Schrijf dit conflict in één zin op en hang die boven je bureau! Dat geeft focus.

Balans in je verhaal

Het is mooi om het schrijven als instrument te gebruiken om zaken te verwerken; een plekje te geven. Dit noemt men van je af schrijven. Een boeiend levensverhaal heeft echter een goede balans nodig tussen problemen die op je pad zijn gekomen en positieve ervaringen. Daarom is het ook goed om te leren hoe je jouw leven weer naar je toe schrijft. Ook deze scenes kun je gebruiken in een levensverhaal. Het geeft een mooi evenwicht als je zowel over worstelingen als over lichtpuntjes schrijft.

Oefening:

- Schrijf 10 minuten over een herinnering als:

- * Welke muziek laat je altijd glimlachen ?
- * Welk weertype geeft jou het gevoel dat je leeft?

Schrijf vrij en maak fouten. Het maakt niet uit. Als je maar terugkomt bij het gevoel dat heel diep van binnen bij iedereen zit. Dat ongrijpbare gevoel dat 'geluk' heet.

Hoe begin je?

Natuurlijk kun je beginnen met een lange inleiding, of met een uitgebreide omschrijving van de locatie waar het verhaal zich afspeelt. Maar het is beter om direct in het verhaal te springen. Start met een handeling of dialoog. Geef informatie die misschien nog niet direct door de lezer geplaatst kan worden, maar wat wel een puzzelstukje is van het verhaal. Zorg ook dat jouw probleemstelling (thema) al vrij snel in je verhaal opgevoerd wordt. Vanaf dat moment wordt de lezer meegezogen. Hoe gaat de hoofdpersoon dit probleem oplossen?

Voorbeeld:

Je boek gaat over 'je hebt vanwege een allesbepalende gebeurtenis alles achter je gelaten en je bent vertrokken'.

Dan kun je je verhaal starten met het dichttrekken van de deur. Je loopt naar de taxi die je gebeld hebt en stapt in. Zonder nog één keer om te kijken, laat je jouw huis achter. Je denkt nog even terug aan het briefje dat je voor je vriend hebt achtergelaten en zegt tegen de taxichauffeur: 'Schiphol airport alstublieft.'

Bam! Het verhaal is begonnen.

Deze beginscene roept direct vragen op. Waarom gaat ze weg? Waar gaat ze heen? Wat gaat ze doen?

Oefening:

Schrijf de eerste scene die in je opkomt nadat je dit gelezen hebt.

Besteed nog niet te veel woorden aan het neerzetten van de personen of de locatie, daar heb je vele tienduizenden woorden de tijd voor. Start met het onderliggende probleem van jouw verhaal: vanaf dit moment zal jouw leven nooit meer hetzelfde zijn.

Hoe maak je van jouw leven een bijzonder boek?

Dit is misschien wel de belangrijkste tip om voor ogen te houden: gebruik een bijzondere verteltrant om jouw verhaal te schrijven. Een 'gewoon' levensverhaal kan zomaar enorm interessant worden als de schrijver voor een onderscheidende invalshoek kiest.

Dat kun je doen door te spelen met de tijd, bijvoorbeeld door gebruik te maken van flashbacks, waardoor de tijd een extra personage wordt. Of flashforwards waarin je aangeeft waarvan je droomt en hoe je jouw toekomst het liefst zou zien. Hoe een bepaalde ervaring zorgde voor een nieuwe start of zelfs een eigen onderneming. Je kunt het verhaal achterstevoren vertellen, vanuit twee personages, via een bijzondere verteller, noem maar op; de keuzes zijn net zo eindeloos als je eigen creativiteit.

Pak de tijd om na te denken over een prikkelende insteek. Als je voor een bijzondere verteltrant kiest, is het verhaal boeiender om te lezen.

Oefening

Maak een lijstje van verschillende verteltranten. Denk out of the box!

TIP: Kijk in de boekhandel bij boeken die een raakvlak hebben met jouw verhaal. Hoe heeft de schrijver het aangepakt?

Maar eigenlijk is er maar één ding belangrijk: wat je ook kiest en hoe je jouw verhaal ook opschrijft, geniet vooral van het schrijfproces. En vergeet niet: geluk is groots in dat superkleine vonkje dat ergens bij jou vanbinnen aanwezig is. Wakker dat vuur aan en geef het door aan de lezer. Die passie is een verhaal waard.

Marelle Boersma