

INHOUD

Inleiding	6	Lettertypes.....	42
Leuke weetjes over het handschrift	14	Sans Serif.....	44
Oefenquotes	15	Bold Serif.....	60
Bestudeer je eigen handschrift....	20	Script.....	84
Pengreep	24	Faux kalligrafie	106
Gereedschap.....	26	Wees creatief!.....	130
Basisterminologie & anatomie van letters	27	Alfabetten.....	134
De neergaande lijnen oefenen....	28	Brieven schrijven	144
Spatiëring	34	Letterstijlen mixen.....	146
Lettergrootte.....	36	Grafische tekst.....	148
Soorten gelinieerd papier.....	40	Tot slot	155
		50 Schrijfideeën.....	156
		Dankwoord	160
		Bronnen	160



hello



INLEIDING



Welcome!

INLEIDING

In 2011 woonde ik midden in een woud in Brazilië, een paar kilometer van een sloppenwijk.

De gemeenschap waar ik deel van uitmaakte bestond uit 35 mensen: kinderen van wie de ouders niet langer voor hen konden zorgen, gehandicapte volwassenen die dagelijkse ondersteuning nodig hadden en enkele buitenlanders die verzorging boden. Er was slechts één computer beschikbaar, dus kregen we allemaal een vast uur in de week toegewezen waarin we onze families konden mailen of skypen. De verbinding was steevast slecht, vaak genoeg zorgde de regen ervoor dat er helemaal geen verbinding tot stand kwam. Er waren ook wat mobiele telefoons, maar die werden gebruikt voor lokaal belverkeer met vrienden net buiten het dorp. Als je iets nodig had liep je immers gewoon naar het huis van de burens.

Het leven verliep traag. En het beste communicatiemiddel dat ik had om mijn internationale vrienden te bereiken was: brieven. Ik heb ontelbare brieven geschreven naar wie ik maar kende, om me verbonden te voelen

met de buitenwereld en om een leven in kaart te brengen dat bijna niet voor te stellen was in een eerstewereldland als het mijne. Maar ik schreef ook in de hoop dat ik een brief terug zou krijgen. Wanneer de post werd bezorgd en er zat een brief voor mij bij, wist ik voor het openen al van wie de brief afkomstig was. Ik herkende ieders handschrift: de hanepoten van mijn vader, de sierlijke letters van mijn moeder, het hartvormige sluitzegel van mijn beste vriendin. Dat vel papier hadden zij in hun hand gehad, hun schrijfsels bevatten hun woorden. Ze hadden de moeite genomen mij met de hand te schrijven, in plaats van wat zinnen te tikken en die in een mail te versturen. De brieven stopte ik onder mijn matras en las ik als ik 's avonds alleen was. Via hun handschrift waren mijn dierbaren dan even heel dichtbij.

Vaak haalden ze een onderwerp aan waar ik maanden daarvoor over geschreven had (het duurde een maand voor ze mijn brief ontvingen en nog eens een maand voor hun antwoord op mijn adres arriveerde): inmiddels oud nieuws dat ik al bijna vergeten was. Ik bewaarde alle brieven en kaarten die ik in die 1,5 jaar ontving. Soms haal ik de stapel tevoorschijn en word ik teruggeworpen in een tijd

waarin het leven zo simpel leek:
kleding wassen met de hand, rijst
en bonen koken in een enorme pan,
uren achtereenvolgens zitten en bidden.

*Verkiezen we niet allemaal
het menselijke en authentieke
boven het zoveelste dat uit een
machine is komen rollen?*

Tegenwoordig is het leven niet meer zo eenvoudig in een grote stad als Los Angeles. Mijn handschrift bestaat steeds meer uit hanepoten, als ik even snel iets neerkrabbel voor ik de deur uit ren. Ik heb zo veel apparaten—iPhone, iPad, MacBook, iMac—dat het een wonder mag heten dat ik überhaupt nog een pen vasthoud. Ik kan een e-mail tikken naar een vriendin in Europa, die er een seconde over doet om haar te bereiken in plaats van tien dagen. Mijn agenda houd ik bij op mijn telefoon, gesynchroniseerd met mijn andere apparaten: een zware papieren agenda meesjouwten hoeft niet meer. Ik kan aantekeningen maken die op dezelfde plek bewaard blijven, terwijl ze eerder in mijn kantoor rondslingerden. Ik kan uitnodigingen versturen via een website, die tevens voor mij

bijhoudt wie kan en wie niet, en die reminders stuurt naar de genodigden – het gedoe bij het postkantoor is verleden tijd. Toch sla ik vaak de moderne communicatiemiddelen over, omdat ik het handgeschrevene zo enorm waardeer. Ik heb ontdekt dat ik eerder geneigd ben mijn to-do-lijst af te werken wanneer ik drie extra minuten de tijd neem om hem netjes uit te schrijven. Dat vrienden zich speciaal voelen wanneer ik een papieren uitnodiging verstuur met hun gekalligrafeerde naam en een mooie illustratie op de envelop. Dat ik dingen beter kan onthouden wanneer ik ze heb opgeschreven.

Verkiezen we niet allemaal het menselijke en authentieke boven het zoveelste dat uit een machine is komen rollen? Thuis heb ik een lijst hangen met wel tien klusprojecten om het huis op te knappen. Alle tien vereisen ze een rit naar de bouwmarkt en genoeg tijd om ze uit te voeren. Wat ik daarom zo fijn vind aan handleetters, is dat ik het elke dag kan doen. Met een pen of potlood, zittend aan mijn bureau. Ineens is een sticky note dan omgetoverd tot een waar kunstwerk.

Laatst was ik met vakantie in Mexico City, waar me opviel dat

INLEIDING

veel musea handgeschreven teksten achter glas tentoonstellen. Ik zag het handschrift van Frida Kahlo en dat van haar geliefde, Diego Rivera. Deze velletjes zijn kunst geworden: iets om te koesteren, en in vele opzichten op zichzelf staande meesterwerken. Dat is iets wat ik zelf niet wil vergeten en wat ik mijn kinderen wil meegeven: ons handschrift kan ons zomaar overleven. De briefjes van mijn overleden oma zijn mijn dierbaarste bezit.

Met de hand schrijven heeft alles te maken met nostalgie en het menselijke aspect, daarnaast is bewezen dat het vele positieve effecten heeft op ons brein. Volgens de *New York Times* laat een studie van de University of Washington het volgende zien:

Met een studie die kinderen uit groep 4 t/m 7 volgde, toonde Virginia Berninger (psycholoog) aan dat zowel printen, met de hand schrijven als typen op een toetsenbord verband houden met afzonderlijke hersenpatronen en dat elk van deze handelingen een ander

resultaat oplevert. Wanneer de kinderen met de hand een tekst samenstelden, produceerden ze niet alleen meer woorden in kortere tijd dan wanneer ze op een toetsenbord werkten, ze kwamen ook met meer ideeën op de proppen. Hersenfoto's van de oudere kinderen suggereren dat de connectie tussen schrijven en ideevorming nog een stap verder gaat. Toen deze groep kinderen gevraagd werd met ideeën te komen voor een compositie, vertoonden degenen met een beter handschrift grotere neurale activiteit in de gebieden die worden gelinkt aan het werkgeheugen én een toegenomen algemene activiteit in de lezen- en schrijvennetwerken.

Daar heb je het belang te pakken van het blijven beoefenen van je handschrift, ook wanneer typen makkelijker lijkt. Onze hersenen worden meer geactiveerd bij een beter handschrift, voor mij genoeg reden om tijd te spenderen aan het krabbelen van letters op papier.



PENGREEP

Voor dat ik kalligrafielessen gaf, realiseerde ik me niet op hoeveel verschillende manieren je een schrijfgereedschap kunt vasthouden.

Over het algemeen kun je alledaagse pennen en potloden in om het even welke hoek in je hand houden en toch nog schrijven. Sommige grepen zijn echter wel degelijk beter dan andere.

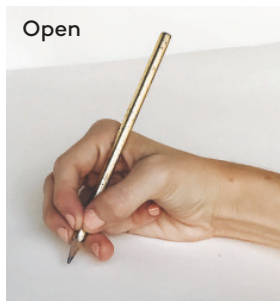
De eerste webspace bevindt zich tussen de duim en wijsvinger. Als je de letter 'C' vormt met je hand, wordt deze webspace omschreven als 'open'.

Een gesloten greep is wanneer de webspace gesloten is.

De belangrijkste delen van je hand:



Open



Gesloten



Zie je het verschil?

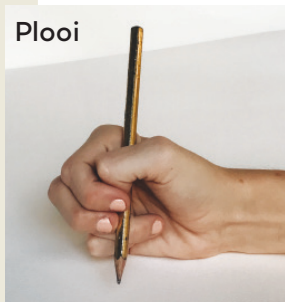
Bij het schrijven zijn de duim en de wijs- en middelvinger de bewegende vingers, de pink en ringvinger houden de hand stabiel. De pink zou op het schrijfoppervlak moeten rusten om de bewegingen van de andere vingers te stabiliseren.

PENGREEP

Stop jij je duim onder je andere vingers of ligt je duim bovenop?

Er wordt beweerd dat de driepuntsgreep de 'juiste' greep zou zijn, maar dit maakt de vierpuntsgreep niet per definitie verkeerd.

Plooi



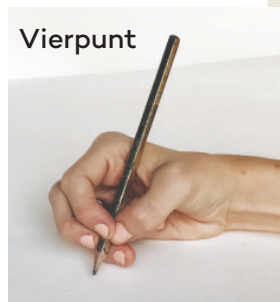
Wikkel



Driepunt



Vierpunt



Schrijf je met het potlood tussen je ring- en middelvinger? Of houd je het potlood met alleen je vingertoppen vast?



Dit houdt de hand stabiel, terwijl je het potlood niet té stevig vast kunt houden. Er is geen reden de greep die je al hebt te veranderen, tenzij je merkt dat je hand erg snel vermoeid raakt. Als dit het geval is, kun je je hand trainen door de driepuntsgreep te gebruiken: houd het potlood vast met de punt van je wijsvinger, laat het rusten op je middelvinger en houd het op zijn plek met je duim. De andere grepen kunnen de verkeerde spieren of gewrichten belasten, wat de pijn veroorzaakt.

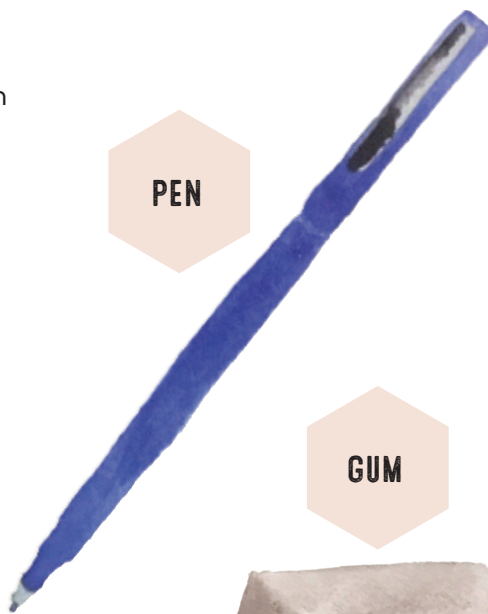


GEREEDSCHAP

Dit boek is bedoeld om jou te helpen bij het verbeteren van je alledaagse handschrift, waarmee je aantekeningen maakt tijdens een vergadering, je week indeelt in je agenda, je bullet journal organiseert en je to-do- en boodschappenlijstjes samenstelt. Het benodigde schrijfgereedschap bestaat uit eenvoudige dingen die je waarschijnlijk al in huis hebt: een pen, een potlood en een gum.

Dit zijn mijn favorieten:

PEN



GUM

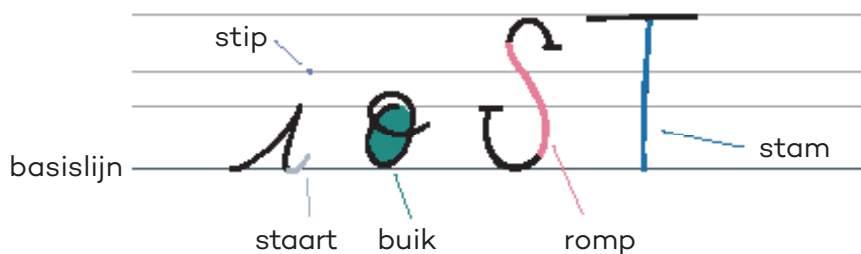
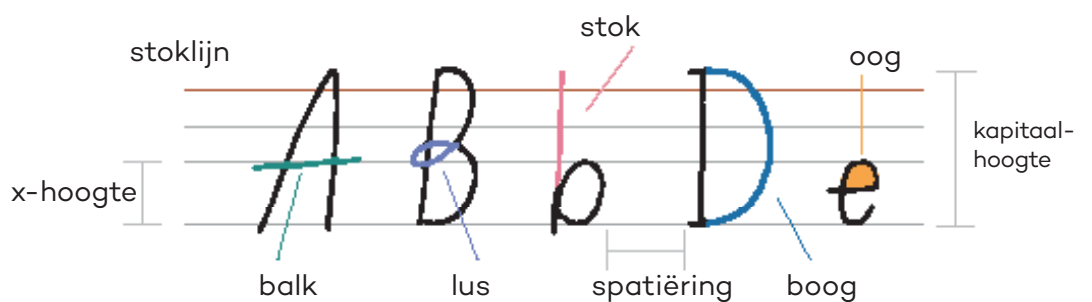


**PENTEL
SIGN PEN**

**HB-
POTLOOD**



BASISTERMINOLOGIE & ANATOMIE VAN LETTERS

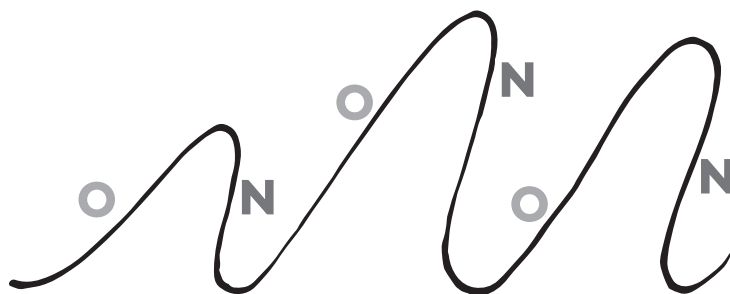


Oefen

DE NEERGAANDE LIJNEN OEFENEN

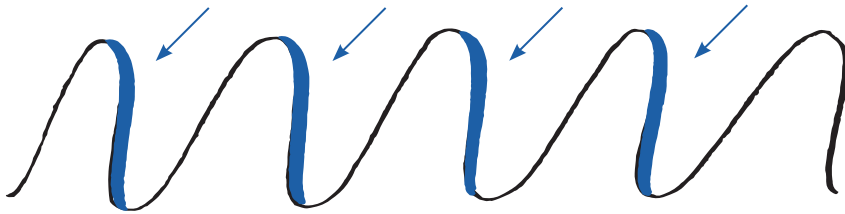
Opgaande lijn: elke keer dat de pen een omhooggaande beweging maakt.

Neergaande lijn: elke keer dat de pen een neerwaartse beweging maakt.

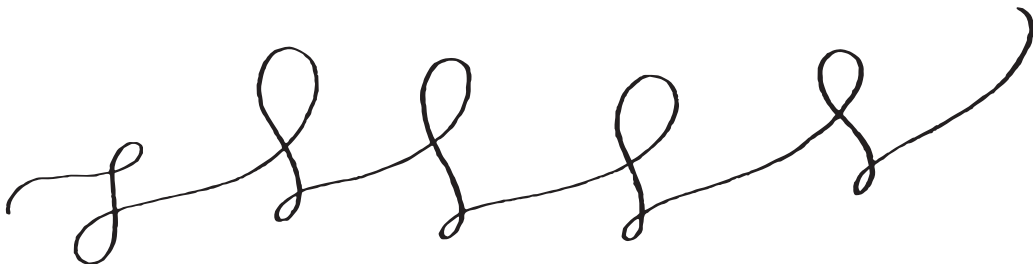
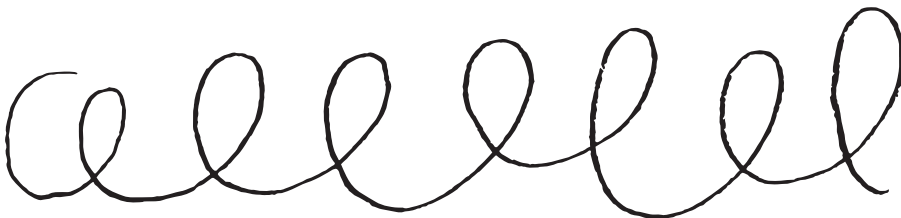


DE NEERGAANDE LIJNEN OEFENEN

Voeg neergaande lijnen toe aan de lijnen hieronder. Een veel gemaakte fout is dat de dikke lijn op de verkeerde plek zit. De dikke lijn is altijd een neergaande lijn (downstroke). Hij imiteert een kalligrafiepen, die meer inkt vrijlaat wanneer de pen een neerwaartse beweging maakt.



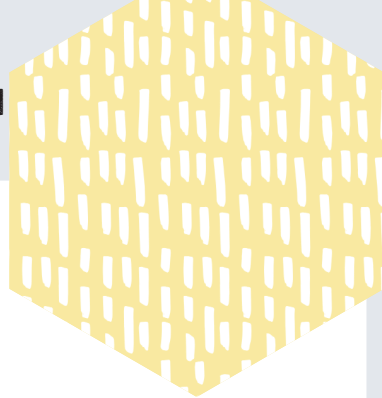
Voeg neergaande lijnen toe aan deze drie voorbeelden.



WARMING-UP: NEERGAANDE LIJNEN

Om je hand op te warmen trek je eerst de lijnen hieronder over.
Maak daarna zelf soortgelijke lijnen – zorg ervoor dat je neergaande
lijnen toevoegt.





alllll

ssss