

DE SPIEGEL

Reflectieschrift

Reflectie & verdieping bij de roman

Carlo Spelbrink

Lees. Sta stil. Schrijf iets op als het komt. Of niet.

VOORAF

Dit is geen uitleg van het boek.

Dit is een plek om stil te staan bij wat je al hebt gelezen, en misschien al wist.

Je hoeft niets op te lossen.

Je hoeft niets te veranderen.

Lees. Sta stil. Schrijf iets op als het komt. Of niet.

Gebruik dit schrift in je eigen tempo. Er is geen goede volgorde en er zijn geen goede antwoorden.

Wat je al wist

In het begin van het boek weet Jack dingen die hij nog niet benoemt.

Niet omdat hij ze niet ziet. Maar omdat hij ze laat liggen.

VRAAG 1

Wat weet jij al, maar stel je uit om te benoemen?

VRAAG 2

Wanneer had je voor het laatst het gevoel: “dit klopt niet meer”?

VRAAG 3

Wat doe je daarna meestal?

SCHRIJFRUIMTE

Kleine momenten

In het boek zijn het niet de grote gebeurtenissen die het verschil maken.

Het zijn de kleine momenten: een telefoontje, een gesprek, iets wat je wel of niet zegt.

VRAAG 1

Welk klein moment blijft bij jou hangen?

VRAAG 2

Wat deed je, of deed je juist niet?

VRAAG 3

Wat had je anders kunnen doen, zonder dat het groot hoefde te zijn?

SCHRIJFRUIMTE

Aanwezig zijn

Jack leert niet iets nieuws.

*Hij leert aanwezig te zijn. Niet later. Niet beter
voorbereid. Gewoon nu.*

VRAAG 1

Wanneer ben jij er echt, zonder afleiding?

VRAAG 2

Wanneer ben je er niet, terwijl je er wel bent?

VRAAG 3

Wie merkt dat als eerste?

SCHRIJFRUIMTE

Werk en richting

*Werk is in het boek geen probleem.
Maar ook geen oplossing.*

VRAAG 1

Waar besteed jij het grootste deel van je energie aan?

VRAAG 2

Klopt dat nog met wat je belangrijk vindt?

VRAAG 3

Wat stel je uit op werkgebied?

SCHRIJFRUIMTE

Relaties

Sarah beweegt. Niet omdat Jack verandert, maar omdat zij al eerder iets wist.

VRAAG 1

In welke relatie ben jij te laat geweest, of te vroeg?

VRAAG 2

Wat heb je niet gezegd terwijl het er wel was?

VRAAG 3

Wat weet de ander misschien al, zonder dat jij het hebt uitgesproken?

SCHRIJFRUIMTE

Je lichaam

In het boek komt het lichaam eerder tot inzicht dan het hoofd.

VRAAG 1

Wanneer voel je spanning zonder duidelijke reden?

VRAAG 2

Wat negeer je fysiek?

VRAAG 3

Wanneer merkte je lichaam iets voordat je erbij stilstond?

SCHRIJFRUIMTE

Wat je meekrijgt en doorgeeft

*We krijgen meer mee dan wat ons wordt verteld.
Soms geven we het door zonder dat we het merken.*

VRAAG 1

Wat heb jij overgenomen zonder dat je het doorhad?

VRAAG 2

Wat wil je niet doorgeven?

VRAAG 3

Wat geef je al door zonder dat je het benoemt?

SCHRIJFRUIMTE

Keuzes die geen keuzes lijken

*Veel keuzes in het boek voelen niet als keuzes.
Maar ze zijn het wel.*

VRAAG 1

Waar kies jij door niets te doen?

VRAAG 2

Wat schuif je vooruit terwijl je weet dat het blijft liggen?

VRAAG 3

Wat zou er gebeuren als je vandaag iets kleins wél doet?

SCHRIJFRUIMTE

Het schrift, voor jou

Het schrift verdwijnt.

Niet omdat het niet werkte, maar omdat het niet meer nodig is.

VRAAG 1

Waar zoek jij bevestiging van buiten?

VRAAG 2

Wat weet je al zonder dat iemand het zegt?

VRAAG 3

Wat zou je doen als niemand je richting gaf?

SCHRIJFRUIMTE

Nu jij

In het boek eindigt het schrift met:

Nu jij.

Geen uitleg. Geen opdracht. Alleen dit moment.

VRAAG 1

Wat is jouw “nu jij”?

VRAAG 2

Wat is één ding dat je vandaag anders kunt doen?

Niet groot. Alleen echt.

SCHRIJFRUIMTE

Je hoeft hier niets mee.

Maar als er iets is blijven hangen,
dan weet je waarschijnlijk al wat het is.

Carlo Spelbrink

NU JIJ.

DE SPIEGEL