



Dagboektekenen
met Kit Le Large

Héél goed kijken

Tekst en beeld: Heleen Hupkens

Wil je bewuster omgaan met het dagelijks leven, sta dan regelmatig even stil bij je eigen observaties, ervaringen en gevoelens. Tekenen kan je daarbij helpen, bijvoorbeeld in de vorm van een dagboek. Onze eigen illustrator Kit Le Large doet het al jaren: "Ik ben van nature een onrustig mens. Ik gebruik het tekenen om dicht bij mezelf te blijven."

"Ik teken elke dag wat ik meegemaakt heb, wie ik heb ontmoet of wat indruk op me gemaakt heeft." Kit haalt een stapel boekjes in verschillende soorten en maten tevoorschijn. Ze heeft al van alles uitgeprobeerd. "Ik teken mijn leven, zo snap ik beter hoe de wereld in elkaar zit. Tekenen opent een creatieve ader waardoor het gaat stromen."

In 2012 startte ze voor zichzelf een 365-dagenproject. Elke dag legde ze haar indrukken vast in de vorm van tekeningen, uitspraken en bijzondere letters. "Soms de meest gewone dingen. Maar ik werd er zo blij van!" Het resultaat legde ze vast in een boek met de titel *Kunst en Kits Vol. 1* dat ze in driehonderdvoud



"Ik teken mijn leven,
zo snap ik beter hoe de wereld in elkaar zit"

liet drukken. Neem een kijkje op haar website en laat je inspireren! "Als je begint met een tekening ziet het er misschien lelijk uit, maar het is echt een kwestie van doorgaan. De oplossing zit in héél goed kijken. Waar loopt die lijn, waar komt het licht vandaan, welke kleuren zie ik? En in jezelf voelen wat je op zo'n moment ervaart en voelt."

Niet uitgummen

Kit tekent niet met potlood. "Ik begin meteen met mijn vulpen. Dan kun je het niet uitgummen," lacht ze. Inkleuren doet ze met aqua-relverf en kleurpotloden. Ze tekent overal en altijd. "Ik heb altijd een schetsboekje en een setje verf en potloden bij me. Mensen denken meestal dat ik aantekeningen zit te maken of zoiets. Natuurlijk moet je wel uitkijken dat je niet naar iemand gaat zitten staren, dat vinden mensen niet zo prettig. Mag ik een foto van je maken?" vraagt ze me tijdens het interview. "Straks wil ik even een tekeningetje maken van ons gesprek." Drie uur na ons

gesprek krijg ik de tekening via WhatsApp toegestuurd. Supertof!

Maak je vooral ook niet te druk over het onderwerp dat je gaat tekenen, adviseert ze. "Ik heb wel eens een week elke dag getekend wat ik at of welke kleren ik aan had. Pak heel gewone dingen om te tekenen. Of benut je bezoek aan een museum goed. Teken een schilderij dat je aanspreekt en ervaar zelf waar de kunstenaar tegenaan liep. Schrijf de woorden erbij die in je opkomen. En als je wat weinig tijd hebt, teken dan alleen. Je kunt het later op de dag inkleuren. Zo creëer je een mooi extra moment om te onderzoeken wat er in jou leeft." ☺

Heb je geen tijd om bij een van de workshops aanwezig te zijn. Kit stelde zelf een zogenoemde 'Doe-het-zelf-Kit' samen met alle benodigde materialen om aan de slag te gaan, inclusief een werkboekje. De kosten hiervan bedragen 69 euro. Koffie of thee moet je dan wel zelf verzorgen. De kit is te bestellen via secretariaat@antroposofiemagazine.nl

Workshop Dagboektekenen

Speciaal voor de lezers van Antroposofie Magazine geeft Kit Le Large binnenkort twee keer een middagworkshop 'Dagboektekenen' in Zeist en in Leiden. De kosten hiervoor bedragen 79 euro, inclusief schetsboek, tekenpen, werkboekje en koffie/thee met wat lekkers erbij.

30 juni 13.00 - 16.30 uur

Huis van de AVIN
Boslaan 15, Zeist

29 september 13.00 - 16.30 uur

Jeugdboekhandel Silvester
Rapenburg 17, Leiden

Aanmelden: stuur een mail naar
secretariaat@antroposofiemagazine.nl