



Editor Elf

Nyhetsbrev maj 2024

Månadens skrivknuff

5 min: flödesskrivning

Skriv oavbrutet vad som än dyker upp i tanken – utan att sudda eller redigera.

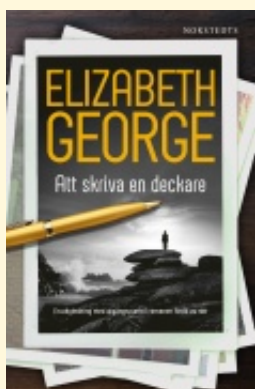
5 min: associationsövning

Skriv så många ord, företeelser och förnimmelser du kan komma på kring ordet ”knopp”.

15 min: berättelseövning

Skriv en berättelse som börjar med meningen ”Vädret var underbart vackert, havet glittrade och kluckade mjukt mot bryggan. Egentligen var det alldeles för fint väder för att ta livet av någon.”

Skrivbokstips!



Att skriva deckare av Elizabeth George är spännande läsning oavsett om man vill skriva just en kriminalroman eller inte. Jag var särskilt fascinerad över hur inspira-

tionen och skrivandet för henne är så djupt rotad i romanens miljö. (Hon talar till och med om karaktärerna i termer av ”mental miljö”.) Läsaren får bland annat följa med när hon gör sin gedigna foto- och intervju-söek och se hur hon flödesskriver fram sina karaktärer.

Flödesskrivning och andra städartiklar.

När jag flödesskriver slutar det nästan alltid med att jag går igenom saker som behöver göras. När jag lyssnar på mina kursdeltagare som berättar om att det blev små berättelser eller dikter av deras flödesskrivningar blir jag alltid så imponerad – själv sitter jag och skriver om att jag borde köpa nya toalettborstar.

Även om mitt sätt att flödesskriva blir mindre glamoröst så är det precis lika bra; jag får värma upp mitt skrivande, öva på en tillåtande attityd mot min egen text och dessutom tömma hjärnan så inte funderingar på toalettborstar kommer och stör när jag vill försjunka i mitt skrivprojekt.

Flödesskrivningen är också ett bra verktyg närhelst man behöver kunna utforska någonting utan press – och utan att ens inre kritiker lägger sig i. Deckarförfattaren Elizabeth George (se månadens skrivbokstips) skissar fram sina karaktärer med hjälp av flödesskrivning. Blir hon inte nöjd med vart en karaktär är på väg så suddar eller redigerar hon inte utan skriver istället ”nej förresten, jag tror snarare att ...” Sist går hon igenom sitt flödesskrivna dokument och markerar de delar som hon vill använda när hon skriver romanen.

Flödesskrivning är inte heller bara till för skrivande människor utan bär stora likheter med dagboks- och meditationstekniken ”morning pages” som myntats av den multikreativa människan Julia Cameron i hennes bok *The artist's way*. Där rekommenderar hon att börja varje dag med att flödesskriva tre sidor: innan man gör någonting annat. Målet är att man skall få rensa ut slagg ur tankarna och göra plats för kreativiteten, men också få en möjlighet att bli medveten om vilka tankar som passerar ens medvetande. Kanske får man på så sätt en bättre bild av vad som irriterar en, vad som inspirerar en och vilka steg man vill ta i livet.

Visst blir du lite sugen på att flödesskriva?

Ny härlig sommarkurs!

Jag har fått det fantastiska uppdraget att hålla en veckolång romankurs i Gottskär under juli ihop med Slow Good Life! Ägna dig åt mindfulness, dig själv och din romanidé i fem hela dagar på lyxiga och mysiga Gottskär hotell. Jag kan inte tänka mig ett bättre sätt att komma igång med din romanidé!

Läs mer och anmäl dig på: slowgoodlife.se

