

Art journal school

[365 dagen tekenen]
& schilderen]

Nooit meer
zonder
inspiratie!

Marieke Blokland



Art journal School

[365 dagen tekenen]
& schilderen]

Marieke Blokland

KOSM • S

*'Niets is zo
verhelderend
als chaos'*
- WIM T. SCHIPPERS





KOSM • S

www.kosmosuitgevers.nl

Tekst, fotografie en illustraties: Marieke Blokland, Bloknote

Auteursportret: Wijnand Geuze, LINK fotografie Breda

Vormgeving: Villa Grafica

© 2018 voor de Nederlandse taal: Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

ISBN 9789043920056

ISBN e-book: 9789043920063

NUR 476

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.



Inhoudsopgave

Welkom in de art journal-school	9	4 Over inspiratie en stijlontwikkeling	
1 Over art journaling		4.1 Luister goed naar jezelf	63
1.1 Wat is een art journal?	13	4.2 Wie ben je en waar sta je voor?	69
1.2 Waarom art journaling belangrijk is	14	4.3 Meer diepgang	71
1.3 Wat heb je nodig voor art journaling?	23	4.4 Inspiratiebronnen aanboren	74
1.4 Over de materialen voor art journaling	25	4.5 Gezonde obsessie	77
1.5 Het beste journal voor art journaling	32	4.6 Mariekes brillenwinkel	82
1.6 Hoe begin je met art journaling?	37	5 Art journal-projecten	
1.7 Witte-pagina-angst	39	5.1 Poppetjes	85
2 Technieken		5.2 Bloemenpatronen	88
2.1 Achtergronden met acrylverf en een roller	44	5.3 Gebouwen tekenen	93
2.2 Werken met matte gel medium	45	5.4 Letters	97
2.3 Verfspatten met tandenborstel	46	5.5 Symbolen	100
2.4 Mark making	47	6 365 dagen tekenen en schilderen	
2.5 Doodling	48	6.1 Hoe gebruik je een art prompt?	103
2.6 Transparante gesso gebruiken	49	6.2 Train je creativiteitsspieren	105
2.6 Kleurplaat maken	50	6.3 365 art prompts	107
3 Mariekes art journal-methode			
3.1 Chaos	53		
3.2 Bouwstenen	56		



Welkom in de art journal-school

Hallo! Het is de eerste schooldag van de art journal-school. Om dit te vieren heb ik mijn mooiste jurk aangetrokken, bloem in mijn haar, lippen gestift. Op mijn pumps balanceer ik op een keukentrapje om gekleurde slingers op te hangen; het is fictief, dus ik kan niet vallen. Jij, de lezer van dit boek, stapt mijn feestelijk versierde leslokaal binnen. Ik loop met open armen op je af en verwelkom je hartelijk. Onder het genot van een glas bubbels keuvelen we over de aanschaf van een doos aquarelverf en de schone kunsten.

Barsten in onze vrolijkheid

Na deze eerste alinea komen de eerste barsten in onze vrolijkheid. Het opgewekte beeld van de fictieve bijeenkomst wordt ruw verstoord wanneer een van de andere art journal-studenten vertelt dat ze een chronische ziekte heeft. Dit geeft de anderen moed om ook hún persoonlijke verhaal te delen. Een van de studenten kreeg na de geboorte van haar eerste kind een postnatale depressie. Het verliezen van een dierbare, een echtscheiding, burn-outs, onvervulde kinderwensen, onverwerkte trauma's. Het komt allemaal aan de orde. Kom, we schenken nog maar een glas bubbels in...

Kunstzinnig dagboek

Het leven bestaat nu eenmaal niet alleen uit blije dagen, al hang je nog zoveel gekleurde slingers op. Laat dit nu precies de reden zijn waarom ik de drang voelde dit boek te maken. Een art journal weerspiegelt het echte leven. In een art journal is plaats voor levenslust en blijdschap, maar ook voor verdriet, woede en rouw. En ik wil jou heel graag laten zien dat jij alle aspecten van het leven kunt

verwerken in jouw persoonlijke, authentieke en kunstzinnige dagboek.

Mijn wens voor jou

In mijn eerder verschenen boek *Art Journaling & Mixed Media* staan de diverse teken- en schildermaterialen centraal en hoe je ze met elkaar kunt combineren. Na het verschijnen van dit boek heb ik veel workshops in art journaling gegeven. Na afloop van een workshop komen mensen vaak naar mij toe en vertellen hun verhaal. Niets motiveert mij méér dan al die persoonlijke, ontroerende verhalen. En dat is ook de reden waarom ik heel graag nóg een boek over art journaling wilde maken. Dit keer een boek waarin ik dieper inga op art journaling zelf. Het is mijn wens voor jou dat jij na het lezen van dit boek:

- in art journaling een fantastische uitlaatklep vindt tijdens alle ups en downs van het leven
- meer diepgang kunt brengen in je art journal
- persoonlijke, unieke dingen zult maken
- je eigen artistieke stijl zult ontwikkelen
- nooit meer om inspiratie verlegen zit
- mooie, eigenzinnige en betekenisvolle kunstwerken kunt produceren
- weet hoe je met minimale middelen een maximaal resultaat behaalt
- veel voldoening zult halen uit het regelmatig werken in je art journal
- en uiteraard veel plezier hebt in ongedwongen tekenen en schilderen.



1 Over art journaling

1.1 Wat is een art journal?

Een art journal is een kunstzinnig dagboek waarin niks moet en alles mag. In principe is het een blanco schetsboek waarin je ideeën noteert, tekent, schildert, kliepert, filosofeert, plakt, stempelt, en/of schrijft.

Letterlijk betekent art journal kunstlogboek. Online kom je ook wel de volgende termen tegen:

1. Journal, Engels voor dagboek of logboek:

notitieboek waarin hoofdzakelijk geschreven wordt. Soms kan dat verhalend zijn (wat je die dag hebt gedaan), maar ook gericht op hoe je je voelt of problemen waar je tegenaan loopt, of filosoferend over het leven.

2. Visual journal, oftewel visueel dagboek:

een dagboek met illustraties. Het doel van een visual journal is doorgaans om op een beeldende manier een logboek bij te houden van ideeën en gebeurtenissen. Soms bestaat het uit beeld met tekst, maar het kan ook alleen beeld zijn. Het doel is om verslag uit te brengen van iets: je dagelijkse leven in beeld te brengen, een reisdagboek bij te houden, enzovoort.

3. Creative journal, ofwel creatief dagboek:

een soort plakboek-dagboek waarin je met woord en beeld bijhoudt wat je hebt gedaan of om je gedachten en gevoelens te ordenen. Een creative journal wordt ook vaak (semi)therapeutisch gebruikt.



4. Art journal:

kunstzinnige uitlaatklep voor creatievelingen met schepingsdrang. Het woord scheppingsdrang klinkt wellicht wat beladen, maar als ik mensen spreek met een passie voor art journaling is dat wat ons bindt: we móeten ons ei kwijt met verf, pen, krijt, potlood, knippen en plakken.

Door deze verschillende journaltypen in hokjes te plaatsen krijg je een beter idee over wat voor verschillende vormen er bestaan. Maar de werkelijkheid is uiteraard niet zo zwart-wit. Ik denk dat de meeste mensen die een journal bijhouden een beetje van alles door elkaar doen. Er zijn geen regels, dus doe wat goed voelt. De een zal meer tekenen, de ander maakt meer collages en een derde vindt het leuk om een art journal tevens te gebruiken als een soort geschreven dagboek vol herinneringen.



2 Technieken

Art journaling gaat over spelen: tekenen en schilderen met dezelfde vrijheid zoals kinderen dat doen. Je hoeft daarvoor weinig kennis te hebben van ingewikkelde teken- en schildertechnieken. Om je op weg te helpen leer ik je hier een aantal van mijn meestgebruikte technieken, die gemakkelijk zijn en geschikt voor iedereen. Soms gebruik ik ál deze technieken op één pagina. En soms maar enkele (zie ook hoofdstuk 3 Mariekes art journal-methode).

- 1 Achtergronden met acrylverf en een roller
- 2 Werken met matte gel medium
- 3 Verfspatten met een tandenborstel
- 4 Mark making
- 5 Doodling
- 6 Transparante gesso gebruiken
- 7 Kleurplaat maken





3 Mariekes art journal-methode

Het mag inmiddels duidelijk zijn: art journaling kent geen regels. Zoveel kunstenaars, zoveel manieren hoe je kunt art journalen. Heb je misschien weleens een art journaling-workshop gevolgd? Ongetwijfeld dat de docent je dan andere dingen vertelde dan ik. Iedereen heeft een eigen methode. Ik kan je zodoende alleen maar vertellen over mijn methode.

3.1 Chaos

Mijn methode werkt als volgt: Creëer zo veel mogelijk chaos. En probeer vervolgens zo goed en zo kwaad als het gaat orde te scheppen in die chaos.

Oké, ik realiseer me dat dit een beetje vaag klinkt. Ik zal het je uitleggen. Veel mensen denken dat elke pagina in hun art journal een meesterwerkje moet worden. Ze beginnen daarom aan een prachtige achtergrond in hun journal. Daarna maken ze een tekening of collage en werken dit dan uit tot een eindwerkstuk. Als het klaar is, beginnen zij op de volgende pagina. En zo werken zij zich gestructureerd en geordend, in chronologische volgorde, van voor naar achter door hun boekje heen. Tot het op een dag vol is.

Zo werk ik dus **niet**.

Ik werk in meerdere boekjes tegelijk, op meerdere pagina's. Mijn bureau en de vloer liggen bezaaid met open boekjes. De ene dag ga ik tekeer met zwarte gesso. De volgende dag klieдер ik van alles met blauwe acrylverf. Een week later ben

ik in een plaatjes-plak-stemming en plak ik alle leuke plaatjes die ik kan vinden in mijn journals. Overal om mij heen liggen dan plakwerkjes te drogen. Soms schets ik alleen maar, soms kras ik alleen maar. Laag over laag over laag vullen de pagina's zich. Langzaam maar gestaag. En dan komt er opeens een dag dat ik twintig pagina's tegelijk afrond.



*'Creëer zo veel
mogelijk chaos.
En probeer vervolgens
zo goed en zo kwaad als
het gaat orde te
scheppen in
die chaos.'*



In een Art journal kun je 365 dagen per jaar je creatieve ei kwijt. Voor alle ups & downs in het leven. Het is een kunstzinnig dagboek waarin je kunt tekenen, schilderen, handletteren & meer.

De vraag is hoe te beginnen. Blanco pagina's lijken misschien 'eng', maar niets is minder waar.

Marieke Blokland leert je in Art journal school hoe je aan de slag kunt. Met vele tips, voorbeelden en kleine opdrachten is het heel eenvoudig een begin te maken.

Je zult zien dat een dagelijkse dosis creativiteit helpt om stoom af te blazen na een drukke dag en rust in je hoofd brengt.

ISBN 978-90-4392-005-6



9 789043 920056

www.kosmosuitgevers.nl

**KOS
M•S**

NUR 476
Kosmos Uitgevers
Utrecht/Antwerpen

SENNELLIER
120 M