

---

# Love your curves. Over liefdevol kijken naar leerprocessen

---

TEKST: RUTH BELLINKX • BEELD: ARTNET.COM

Het is woensdag 22 april en samen met Morten Hjort geef ik een webinar over angst als toegangspoort naar vertrouwen. Het is de eerste keer dat ik dit doe, dat Phoenix dit doet, dat mijn collega en baas Morten dit doet. Ik ben blij dat ik iets kan bijdragen en ik voel me flink onthand.

Als je mij begin maart had gevraagd of ik in de maanden daarna zes webinars zou geven, en dat ik vele trainingsdagen per Zoom zou verzorgen, dan had ik je ongeloovig aangekeken. Inmiddels heb ik ervaren dat vanachter een scherm veel meer mogelijk is dan ik ooit had kunnen vermoeden. Ik heb geleerd dat ik kan vertrouwen op mijn collega's en op dat waar ik mij ooit heel diep mee verbonden heb. In mijn geval: kijken naar kunst en luisteren naar de verhalen van de kunstenaars die de kunst maken. Kunst opent voor mij een gebied waarin ik mijzelf en de



NIKKI DE SAINT PHALLE, NANA, 1995

vragen waar ik voor sta kan onderzoeken vanuit een groter perspectief. In dit gebied verlamt angst mij niet alleen, maar wordt het een toegangspoort naar vertrouwen, in de ander en in mijzelf.

Bovenstaand beeld is van de Franse, vrouwelijke kunstenaar Nikki de Saint Phalle. Net zoals bij het ontwikkelen van de webinars is bij het schrijven van dit artikel één zinnetje leidend voor mij: love your curves.

---

Als ik dat zinnetje in mij rond laat gaan, komt er vrij snel een beeld, in dit geval een beeld van Nikki de Saint Phalle. Ik heb een haat-liefdeverhouding met haar beelden. Ik vind ze vrolijk en blijdschap en vrijheid uitstralen. Ik vind ze ook kitsch en overdreven in hun grandiositeit. Die tegenstelling is voor mij een interessante ruimte om te beginnen met mijn onderzoek. In eerste instantie lijkt het beeld niets te maken te hebben met hoe ik mij verhoud tot mijn eigen leerlijn. In tweede instantie wel, maar kan ik er nog niet direct de vinger opleggen. Dat mysterie een tijdje openlaten, zodat het een leer-ruimte mag zijn, maakt mij intens gelukkig. Dat er met dit beeld meer lagen geopend worden in het kijken naar mijn eigen leerlijn, ervaar ik als rijk. Het beeld nodigt mij uit om iets te doen met het grandioze en hoe de vrouwelijke figuur de ruimte in springt en zegt: ik ben er met alles wat bij mij hoort.

In mijn geschiedenis, in mijn systeem van herkomst, hebben mensen veel verlies gekend. Dat verlies werkte in de generaties uiteindelijk door als angst voor verlies. Angst voor verlies werd ook angst voor het onbekende, angst voor het niet-weten, dat ik iets niet weet. In het aangaan van het nieuwe, het onbekende, leerde ik

tegen mijzelf zeggen: 'Ik kan mij er misschien geen voorstelling van maken, maar ik ga het avontuur aan. Ik geef mijzelf de ruimte om te ervaren wat er wel en wat er niet kan.' Zo gaf ik mijzelf eind maart ruimte om te leren hoe ik me liefdevol en in intimiteit kon verbinden met de ander via een scherm in tijden van isolatie. Ik ontdekte dat ik vanuit mijn eigen kamer, vanuit mijn eigen isolatie, gemakkelijker de verbinding met mijzelf kon maken en van daaruit met de ander. De verbinding met de ander was dan zelfs krachtiger. Ik kon gemakkelijker naar voren stappen. Ik voelde een vrijere verbinding met mijn eigen stroom. Dat gold ook voor sommige cursisten en cliënten. Ook zij konden online soms beter de verbinding maken waar het tot nu toe niet zo was gelukt. In een grotere intimiteit met de eigen wereld thuis, in het gezin, was het ook gemakkelijker om te delen met anderen. En in andere gevallen lukte dat overigens ook minder of niet.

Een goede vriend en collega van mij zei onlangs, toen we het over de leercurve hadden: 'Love your curves.' Hij bedoelde in dit geval niet de corona-kilo's waar sommigen mee te maken hebben. Hij bedoelde: leer de bochten liefhebben die je te nemen hebt in je leerproces. Met 'hou van je

rondingen, hou van je curves', nodigde hij mij uit om deze weg lief te hebben. Om de weg langs de plekken van het niet-weten, door de put in de leercurve, te koesteren. Dit beeld hielp mij om te ontspannen.

Ik ben nu ruim een jaar werkzaam als trainer bij Phoenix Opleidingen. De reis door de leercurve, en het leren liefhebben van het niet-weten, heb ik, naar mijn idee, in versneld tempo afgelegd, onder onverwacht wisselende omstandigheden. Voor mij betekent het telkens opnieuw weer de reis van 'ik weet het niet, ik ben bang en hoe moet het dan?' naar 'ik ga het doen en ervaren', naar vertrouwen in mijn kunnen. Het vertrouwen dat ik aanvankelijk leerde kennen via de wereld van de kunst, en steeds meer ervaar in de bedding van mijn collega's en de ontmoeting met cursisten. Een fijne bijvangst is dat ik, in het openen van het experiment en mijn eigen leer-ruimte, heb kunnen ervaren hoe dit niet alleen een cadeau is voor mijzelf maar ook voor anderen. 🐼