

## Monumenten zijn metaforen

Welke invloed heeft het dat de grondleggers van NLP er nog niet in geslaagd zijn om datgene wat hen verenigt goed te verankeren en de strijdbijl te begraven? Waar zou de motivatie vandaan kunnen komen om dat toch te doen?

Net als NLP ontstond het koninkrijk Noorwegen ooit uit de ontmoeting van drie briljante en strijdlustige individuen. Tijdens de Slag om Hafrsfjord in 872 voor de kust van Stavanger wist Koning Harald I van het verdeelde Noorwegen één koninkrijk te smeden door twee rivaliserende koningen te verslaan. De legende vertelt dat deze knappe koning met de bijnaam 'Harald met het mooie haar' alleen met zijn geliefde mocht trouwen als hij voor haar eerst vrede zou stichten in het verscheurde rijk. In 1983 werd dit monument onthuld als symbool van vrede, omdat de gigantische zwaarden voor altijd in de berg verankerd zijn.

Turid Torbergson



Door:  
Paul Flier

# ‘Het is nooit te laat om opnieuw te beginnen’

*Interview met Turid Torbergsen uit Stavanger*

'Het is nooit te laat om dromen uit te laten komen en om opnieuw te beginnen in een andere richting. Het is niet makkelijk, vergt een hoop inspanning, moed en bereidheid te falen. Maar het zou het allemaal waard kunnen zijn.' Eind vorig jaar bezocht ik mijn grote broer, die ooit door mij was aangestoken om NLP te gaan doen, maar pas nadat hij naar Noorwegen was geëmigreerd. Daar sprak ik met zijn Noorse NLP-trainer en verwerkte haar modellering tot het artikel op de volgende bladzijden over de kunstenares Sujata Bajaj.

Mijn broer in Noorwegen werd onlangs vijftig en ik ging erheen. Ook al hebben verjaardagen voor ons weinig betekenis en waren er andere bezwaren. Een deel in mij nam het hem kwalijk dat ik helemaal naar Noorwegen moest: jij ging toch weg. Er waren deadlines, een dure reis met een vervuilend vliegtuig... Toch wilde ik erheen. Om desalniettemin het aangename met het nuttige te verenigen, vroeg ik hem een ontmoeting te arrangeren met zijn NLP-trainster, Turid Torbergsen, waaruit een waardevolle uitwisseling ontstond.

## De winnaar in jezelf

Torbergsen heeft een gerenommeerd instituut voor NLP-training en coaching in Stavanger en werkt veel binnen het bedrijfsleven. Haar eerste boek uit 2005 over NLP-coaching werd een bestseller in Noorwegen. In 2009 verscheen *Oppdag vinneren i deg selv med coaching og NLP*, ofwel: 'Ontdek de winnaar in jezelf met coaching en NLP'. Hierin combineert ze een praktische uitleg van NLP met een tiental voorbeelden van



Turid Torbergsen

succesvolle mensen die ze zelf modelleerde: diverse bekende Noren en de Indiaase kunstenaar Sujata Bajaj die af en toe Noorwegen bezoekt.

### De god van 'Opnieuw beginnen'

Na het bezoek ontdekte ik op internet voor een artikel in *INZICHT* dat Sujata Bajaj momenteel aan een serie beelden werkt van Ganesha, een van de vele goden uit het Hindoestaanse pantheon. Deze god, in de verschijning van een olifant, is het symbool van kennis en wijsheid en het wegnemen van hindernissen. Hij is de beschermheilige van reizigers en wordt aangeroepen door mensen die verhuizen en opnieuw beginnen. Ik informeerde bij Turid of ze Sujata kon vragen enkele afbeeldingen van haar kunstwerken op te sturen voor het artikel. Met name haar werk rondom Ganesha, dat zo mooi aansluit bij ons thema 'Opnieuw beginnen'.

### Turid Torbergesen antwoordde:

Geweldig thema: Opnieuw beginnen. Ik heb je bericht naar Sujata Bajaj doorgestuurd, want het lijkt me een uitstekend idee. Ik heb veel respect voor de wijze waarop Sujata spiritualiteit verwerkt in haar kunst en waardeer het zeer dat je een NLP-artikel richt op een kunstenaar. In mijn opvatting hebben we allemaal een creatieve kant in ons, die vaak wordt onderdrukt of uit balans is. Dit zou wel eens meer problemen kunnen veroorzaken dan we ons realiseren. Omdat dit zo dichtbij mijn hart ligt, kan ik het rechtstreeks relateren aan mezelf.

### Kun je daar meer over vertellen?

Wat ik hiermee wil zeggen is het volgende: Het is nooit te laat om dromen uit te laten komen en om opnieuw te beginnen in een andere richting. Het is niet makkelijk,

vergt een hoop inspanning, moed en bereidheid te falen. Maar het zou het allemaal waard kunnen zijn. In mijn jeugd was ik heel artistiek bezig – zingen, dansen, schrijven en schilderen. Ik was ook nogal verlegen en miste het zelfvertrouwen om dit als jongvolwassene voort te zetten. Ik koos een traditionele academische opleiding en heb daar geen spijt van. Het was het begin van een geweldige reis en ik heb er veel door geleerd. Mijn academische en businessachtergrond hebben ook veel waarde gehad voor mijn NLP-praktijk.

### Lezingen met Flamenco-dansen

Tegelijkertijd kwam mijn artistieke kant tekort en voelde ik vaak een verdriet dat ik niet kon duiden. NLP heeft me enorm geholpen om die kant weer ruimte te geven. Achttien jaar geleden ben ik begonnen met zingen in een operakoor en ben ik in de gelegenheid geweest om als koorzanger op te treden met sommige van de beste operazangers van Noorwegen. Schilderen is opnieuw een welkome vriend geworden in mijn vrije tijd. En ik heb een soort Flamenco-dansen, die op opera is gebaseerd, verwerkt in lezingen die ik geef, wat veel plezier oplevert. Ik noem het 'Lectainment' (lecture and entertainment).

NLP-training en coaching doe ik nog steeds, want ik vind het geweldig. Maar de toevoeging van schrijven, schilderen, dansen en zingen heeft veel energie en plezier in mijn leven gebracht. Het is echt nooit te laat om dromen uit te laten komen en om opnieuw te beginnen in ene andere richting.' ■

### Turid Torbergesen is NLP-trainer in Stavanger, Noorwegen



Ganesha (beeld van Sujata Bajaj)



Turid Torbergesen

# Het modelleren van succes: kunstenaar **Sujata Bajaj**

**'Als zij een slechte dag heeft, kiest ze ervoor om niet te schilderen. Haar intentie is dat alleen het positieve en vruchtbare zal worden uitgedrukt.'**

# Wanneer is iemand eigenlijk een winnaar?

Mensen hebben altijd bewondering gehad voor medemensen die uitzonderlijk presteren. Of het nu gaat om succesvolle sporters of zakenlui, grote kunstenaars of juist gewone mensen die grote persoonlijke uitdagingen te boven zijn gekomen: overwinnaars spreken tot de verbeelding. Het praktische nut van NLP bewijst zich dan direct, als we hun expertise willen modelleren.

In de serie grenzeloos modelleren richten we graag de aandacht op het modelleerwerk van de Noorse NLP-trainer Turid Torbergsen, die diverse uitzonderlijke mensen modelleerde, waaronder de Indiase kunstenaars Sujata Bajaj.

Tekst: Turid Torbergsen & Redactie  
Vertaling: Evert Flier, NLP Master Practitioner, Stavanger  
Beeld: Sujata Bajaj



Wanneer is iemand eigenlijk een winnaar? Nieuwsgierig naar het antwoord op die vraag kwam Torbergsen erachter 'dat het alles te maken heeft met trouw blijven aan je eigen visie en waarden. Winnaars zijn mensen die hun dromen zien uitkomen, los van of het voorpagina-nieuws is.' Ze ontdekte dat het vaak niet toevallig is, dat bepaalde personen in de geschiedenis naar voren zijn gekomen als winnaar. Zelf is ze met name geïnspireerd door winnaars die hun talenten niet alleen voor zichzelf gebruiken, maar met anderen delen om nog meer dromen uit te laten komen. In het kader staan nog enkele mensen die zij gemodelleerd heeft en waar de volgende INZICHT aandacht aan kan besteden, als jij dat wilt.

## Succesvol als levend kunstenaar?

Hoe kun je als kunstenaar succesvol zijn en bij voorkeur al tijdens je leven? De in Parijs en Noorwegen woonachtige Indiase kunstenaars Sujata Bajaj lijkt een goed model om die expertise van te modelleren. Torbergsen schrijft: 'Bajaj is niet alleen een levend voorbeeld van een succesvol kunstenaar; met behulp van haar creativiteit verspreidt ze ook hoop, inspiratie en positieve energie onder veel mensen. Het werk van Bajaj is zo gevraagd dat haar werk vaak al voor de opening van een nieuwe expositie is uitverkocht.

## Kunst, meditatie en religie

In haar schilderijen verwerkt Bajaj antieke filosofische en religieuze ge-



*'Haar succes als kunstenaar dankt ze aan het feit dat ze trouw is gebleven aan haar eigen positieve visie in een wereld waar een grote focus ligt op het negatieve.'*



schriften in het Sanskriet. Deze vaak oeroude tekstfragmenten worden in een kunstwerk geïntegreerd en als nieuwe overlevering bewaard. Elk fragment wordt doelbewust geselecteerd in relatie tot hetgeen zij met een schilderij tot uitdrukking wil brengen. Zij vindt ze in oude spullen uit India. Voordat ze iets in haar kunst gebruikt, mediteert ze bewust op de teksten en gedachten van de fragmenten. Vanuit de stemming die daarbij ontstaat komen er beelden op die ze vertaalt naar het schilderij. Via deze beelden kan de aanschouwer een ervaring krijgen van een andere tijd die duizenden jaren teruggaat tot aan de wortels van onze beschaving: gedachten over vrouwelijke en mannelijke principes, over de alomvattende creatieve en vernietigende krachten; over de mensheid als deel van de kosmos en de chaos. Het mentale proces dat ze doormaakt verwerkt ze ook in de opbouw van de schilderijen: in het lijnenspel en de wijze waarop vormen en kleuren contrasteren en balanceren.'

### Geestelijke dimensies

'Haar kunst kenmerkt zich door

geestelijke dimensies. Sujata vindt het belangrijk om in het nu te leven. Er is niets wat je nog kunt doen aan het verleden en we weten weinig over de toekomst. Dat betekent niet dat ze niet plant voor de toekomst, maar dat ze begrijpt wat de waarde is van in het nu leven.' Behalve schilderen geïnspireerd op oude religieuze tekstfragmenten maakt ze ook beelden die ze daarna beschildert. Het meest recente werk is een grote serie beelden van de Hindoegod Ganesha, de deva met het olifantenhoofd die zich laat vervoeren op een rat. Hij is de god van kennis en wijsheid, die hindernissen wegneemt, en vooral aangeroepen wordt door reizigers en mensen die opnieuw beginnen.

### Visie en drijfveren

Sujata vertelt dat het haar visie is om hoop, inspiratie en positieve energie te verspreiden naar alle mensen. En om dat te kunnen bereiken ziet zij zich ook genoodzaakt zichzelf concrete doelen te stellen, ver vooruit in de toekomst: Tentoonstellingen in diverse landen die een nauwkeurige planning en samenwerking vergen met verschillende organisaties.

Haar kernwaarden zijn authenticiteit, trouw aan jezelf en verantwoordelijkheid nemen voor je eigen leven, succes en financiële vrijheid. Ze heeft de kernovertuiging dat zij kan bereiken wat ze wil en ze is bereid om te doen wat nodig is om daar te komen. Haar interne dialoog is positief geformuleerd en ze zegt vaak tegen zichzelf 'Ik weet dat ik dit kan'. Als ze door iets of iemand geïrriteerd raakt, dan zegt zij tegen zichzelf 'Er is geen reden om overdreven te reageren'. Als ze aan het schilderen is,ervaart ze vaak een toestand van flow. Positieve energie geeft ze door via het positieve gevoel dat ze heeft als ze aan het werk is en daardoor in het kunstwerk terecht komt. Sommige mensen zijn in staat dit door haar kunst heen aan te voelen en anderen niet.

### Relatie met kritiek

Babaj heeft een gebalanceerde relatie tot kritiek. Ze heeft er begrip voor dat niet iedereen haar begrijpt of dat niet iedereen het leuk vindt wat zij doet. Ze vindt het niet zo belangrijk wat andere mensen van haar vinden en ze weigert opdrachten als die lijnrecht staan tegenover wat zij wil verspreiden.

Ze heeft de overtuiging dat ze haar succes als kunstenaar dankt aan het feit dat ze trouw is gebleven aan haar eigen visie, doelen en waarden in een wereld waar een grote focus ligt op het negatieve. Door haar kunst wil zij juist bijdragen aan het verspreiden van zuivere positieve vibraties. Als zij een slechte dag heeft, kiest ze ervoor om niet te schilderen. Haar intentie is dat alleen het positieve en vruchtbare zal worden uitgedrukt.



## Hard werken en opvoeding

Van jongs af aan begreep Sujata dat ze hard zou moeten werken om succes te bereiken en dat ziet ze als een van de basisredenen van haar succes. Ze heeft de overtuiging dat dat ze een goede opvoeding heeft gehad en uit haar jeugd de juiste ballast heeft meegekregen. Beide ouders waren sociaal werker en ze heeft vaak gezien en ervaren dat zij de behoeftes van andere mensen voor hun eigen behoeftes stelden. Haar vader was een van Gandhi's trouwe volgelingen en haar moeder was een sterke persoonlijkheid. Deze daagde haar altijd uit zich congruent aan zichzelf uit te drukken en ook zo te leven. Van haar ouders heeft zij de waarden meegekregen van vrijheid, trouw, goedheid, generositeit, eenvoud, zelfvertrouwen en veiligheid.

## De betekenis van succes

Zij is zich er terdege van bewust dat ze vanuit haar achtergrond een goede start heeft gekregen. Ze wijst erop dat veel mensen ondanks een goede start later in het leven toch moeilijkheden kunnen ervaren. Ze vindt het vooral belangrijk om het verleden te begraven en de aandacht te richten op hoe je nu een goed leven kunt creëren voor jezelf en anderen. In haar betekenis van succes gaat het er vooral om je eigen potentieel tot ontwikkeling te brengen. Financieel succes betekent vrijheid om dat via nieuwe projecten voort te zetten. Haar advies naar anderen is dan ook om in jezelf te geloven. ■

## Turid Tolbergsen is NLP-trainer in Stavanger, Noorwegen

### Bronnen:

*Oppdag vinneren i deg selv med coaching og NLP*  
(*Ontdek de winnaar in jezelf met coaching en NLP*),  
Turid Tolbergsen, 2009

## Welk model wil jij beter leren kennen?



Voor haar boek *Ontdek de winnaar in jezelf - met coaching en NLP* interviewde de Noorse Turid Tolbergsen ondermeer onderstaande Noorse beroemdheden.

Wil jij ook leren wat zij ontdekte? Laat de redactie weten in wie jij specifiek geïnteresseerd bent en waarom, dan staat dat in INZICHT er een van de volgende keren in.

**Liv Arnesen**, avonturier en poolreiziger, was de eerste vrouw ter wereld die alleen op skies de Zuidpool bereikte. Daarna wijdde ze haar leven aan het helpen van anderen om ook hun dromen te realiseren.

**Sigrid Hammer** was de eerste Noorse vrouwelijke piloot op grote passagiersvliegtuigen en brak daarmee een lans voor vrouwelijke piloten binnen de civiele luchtvaart. Haar keuze om te werken binnen een door mannen gedomineerde wereld, was voor haar geen reden haar vrouwelijkheid aan de kant te zetten. Dit maakte haar tot voorbeeld voor vele vrouwen, ook buiten de luchtvaartwereld.

**Rolf Løvland** kreeg als componist hoge prijzen voor zijn bijdragen aan de Noorse muziek. Als een van de weinige Noorse componisten slaagde hij erin ook internationaal door te breken en samen te werken met een lange rij sterren van wereldklasse.

**Knut Frostad**, CEO van de Volvo Ocean Race en een van de beste zeilers ter wereld. Hij nam deel aan vele grote zeilraces en aan de olympische spelen, de laatste met windsurfen.

**Grete Waitz**, marathonloper, heeft in Noorwegen de meeste overwinningen 'long distance runner' aller tijden op haar naam en is van grote betekenis geweest voor de ontwikkeling van hardlopen voor vrouwen. In de afgelopen jaren is haar doorzettingsvermogen in relatie tot het omgaan met kanker een bron van grote hoop en inspiratie voor veel andere mensen.

**Audun Iversen** was de eerste Noorse mannelijke operazanger die het Internationale Koningin Sonja Muziekconcorso won. Hij heeft laten zien dat het mogelijk is om de top te bereiken, ook wanneer je pas laat op gang komt.