

HOOFDSTUK 1

WIE JIJ BENT IS PRECIES WAT DE WERELD NODIG HEEFT

Met een bord aardappelen en groente in mijn ene hand en een glas ijsthee in de andere werd ik klemgezet door een verre nicht. Ik herkende haar en wist dat ze een generatie ouder was dan ik, maar haar naam wilde me niet te binnen schieten.

‘Wat geweldig, Tom, dat jij en je gezin er ook zijn!’ Omdat ze wist dat mijn vrouw en dochter even verderop stonden, boog ze zich verder naar voren om eraan toe te voegen: ‘Eerlijk gezegd hadden de meesten niet verwacht dat je zo lang zou leven.’ Ik wist niet precies wat ik moest zeggen.

Ik voelde mij al niet bijzonder op mijn gemak op deze familiereünie, die gehouden werd in een galmend gymnastieklokaal in de buurt van Lincoln (Nebraska), de stad waar ik was opgegroeid. Maar daar stond ik dan. En de opmerking van mijn nicht mocht dan niet bepaald fijnzinnig zijn, eerlijk was die wel.

Toen ik zestien was, lieten de artsen mij weten dat ik een zeldzame en catastrofale genetische mutatie had, een mutatie die kanker in verschillende organen zou veroorzaken. Binnen een jaar was ik mijn zicht in één oog kwijtgeraakt vanwege grote tumoren. De artsen zeiden dat ik vrijwel zeker ook elders kanker zou krijgen, ergens tussen mijn nieren en mijn ruggengraat. Geen van hen leek te weten hoe lang ik te leven had als de kanker op meerdere fronten zou uitzaaien.

Ik zocht uiteindelijk de beste beschikbare informatie over mijn levensverwachting op. Voor iemand van mijn generatie die met deze mutatie geboren was, lag die rond de veertig jaar. Volgens de statistieken zouden spinale tumoren het slopendst zijn, maar het was waarschijnlijker dat nierkanker de doodsoorzaak zou zijn. En precies overeenkomstig die verwachtingen heb ik de afgelopen vijftientig jaar te kampen gehad met alvleesklierkanker, bijniertumoren, nierkanker en verschillende spinale tumoren.

Ik geef deze persoonlijke achtergrondinformatie om twee redenen. De eerste reden is dat mijn aandoening mij het dringende besef heeft gegeven mijn tijd zo goed mogelijk te besteden. Dit is van grote betekenis gebleken en zeer de moeite waard geweest. Ik wil bij jou een dergelijk gevoel van urgentie opwekken.

Niemand van ons weet hoeveel tijd hij of zij nog heeft. Sinds mijn diagnose meer dan vijftientig jaar geleden, in wat sommigen geleende tijd noemen, heb ik geleerd dat tijd waardevoller is wanneer je sterfelijkheid aan de horizon zichtbaar is. Recent onderzoek heeft uitgewezen dat kinderen die aan kanker

lijden op de een of andere manier sterker uit hun strijd tevoorschijn komen dan hun leeftijdsgenoten die geen vergelijkbare uitdaging hebben doorstaan. In het bijzonder mensen die na hun twaalfde kanker te boven komen, hebben een grotere kans op posttraumatische *groei*, zoals de wetenschap het noemt.

Waarom treedt die groei op? Een overzicht van achttien onderzoeken wijst uit dat het vooruitzicht van de dood tot een grotere waardering van het leven leidt, tot een formulering van je waarden, tot grotere bezinning op de zin van het leven en tot sterkere sociale banden. Zoals ik uit ervaring weet, creëer je meer betekenis in de wereld wanneer je overdenkt hoe kort het leven kan zijn.

Aanvankelijk dacht ik niet dat ik zo lang zou leven. Inmiddels geloof ik dat niemand erbij gebaat is om zó te leven alsof er geen einde aan komt. Als je je tijd als eindig beschouwt, breng je in elke dag meer leven aan.

De tweede reden waarom ik mijn aandoening noem, is dat ze mij heeft aangezet tot talloze gedachten en vragen over ons werkende bestaan. Ik heb geprobeerd erachter te komen hoe we ons allemaal kunnen heroriënteren wat betreft onze inspanningen, om zo gedurende een heel mensenleven de grootst mogelijke bijdrage te leveren. Na uitgebreid onderzoek heb ik voornog het volgende ontdekt: wij hebben een volstrekt nieuwe manier nodig om na te denken over het werk in ons leven.

De manieren waarop wij onze werkzaamheden opsommen schieten hopeloos tekort. Cv's zijn opvallend steriel en levenloos. De gemiddelde levensomschrijving is onpersoonlijk en drukt niet uit wat iemand uniek maakt. In de volgende hoofd-

stukken beschrijf ik een nieuwe manier om naar je werk te kijken. Beschouw het als een overgang van

Je bent wat je doet → Je bent hoe je helpt

Centraal staat dat je gaat nadenken over de manier waarop jij je talenten gedurende een heel leven kunt benutten om zinvolle bijdragen te leveren. In feite leveren we allemaal elke dag een paar kleine inspanningen. Toch slagen we er vaak niet in om ons dagelijks werk te verbinden met de positieve invloed die dat heeft op iets wat groter is dan wijzelf. We hebben een nieuwe taal nodig om deze verreikende bijdragen te benoemen.

JOUW STERKE PUNTEN EN INBRENG

Mijn team en ik hebben een nieuwe website ontwikkeld om jou te helpen in de toekomst een grotere bijdrage te leveren. Dit boek en de bijbehorende website Contribify kunnen je helpen bij het opbouwen van een doorlopend portfolio van je meest vormende ervaringen en de rollen die je speelt, en bij het in kaart brengen van de gebieden waar je de grootste bijdrage kunt leveren. Deze informatie stelt je in staat om je werk om te vormen tot iets wat jaarlijks meer succes en bevrediging oplevert.

Dit boek en de Contribify-website zijn ontworpen om degene die jij bent in overeenstemming te brengen met wat jij aan een bepaalde inspanning of groep kunt bijdragen. Ik hoop

dat het platform in de loop van de tijd een plek wordt waar je bijna alle denkbare gegevens vindt die je helpen om beter te voorspellen waar je succes en tevredenheid kunt vinden. Zie het als een doorlopend portfolio dat gebaseerd is op je sterke punten.

De sleutel is om meer tijd te investeren op de plaatsen waar jouw talenten het grootste rendement voor anderen opleveren.

Het idee om te investeren in je sterke punten vormt het beginpunt van mijn eerste werk. Twintig jaar geleden ontwikkelde ik met mijn grootvader Don Clifton de eerste versie van de StrengthsFinder. In 2004 schreven Don en ik *Elke druppel is er één*, een boek dat gebaseerd was op de belangrijkste inzichten uit de sterkepunten- en positieve psychologie. Dat boek en de daaropvolgende boeken, *Ontdek je sterke punten 2.0* en *Leiderschap op basis van je sterke punten*, hebben miljoenen mensen geholpen hun natuurlijke talenten te onderscheiden. In totaal hebben meer dan twintig miljoen mensen deze ontdekkingsstocht ondernomen, die een uitstekend startpunt is voor groei.

Maar of je nu wel of niet *Ontdek je sterke punten 2.0* en andere methodes hebt gebruikt, de kans is groot dat je op een bepaald moment een zelfbeoordeling hebt opgesteld, voor je werk, op school of over je leven. Eigenlijk hebben we al veel tijd besteed aan het toetsen van onze talenten en vermogens, en dat is een goed begin. Maar het wordt tijd om verder te kijken dan je eigen persoon en te streven naar zinvolle doeleinden. Het

uiteindelijk doel van ontwikkeling moet minder over jezelf gaan en meer over dienstbaarheid.

JE STERKE PUNTEN ZIJN ER VOOR ANDEREN

*'Je kunt niet alles zijn wat je wilt,
maar je kunt wel veel meer zijn van degene die je al bent.'*

Van alles wat ik geschreven heb, is de bovenstaande zin het vaakst geciteerd. Toch is het op zijn best een onvolledige gedachte, die zelfs tot een verkeerde instelling kan leiden.

Voor de duidelijkheid: ik ben er meer dan ooit van overtuigd dat je niet alles kunt worden wat je wilt. Waar ik moeite mee heb is het deel over de poging om 'meer te zijn van degene die je al bent'. Als ik nadenk over dat advies, maak ik mij zorgen dat het kan bijdragen aan een egocentrische houding.

Hoewel je talenten de beste bouwstenen zijn die je hebt meegekregen, dienen zij de wereld het beste als je inspanningen naar buiten zijn gericht – en niet naar binnen. Het zijn 'van wat je maar wilt' of 'van degene die je al bent' voegt geen waarde aan de samenleving toe, tenzij het voorziet in iets waar anderen behoefte aan hebben. Simpel gezegd: je sterke punten en energie moeten gericht zijn op specifieke bijdragen die je kunt leveren aan het leven van anderen.

De meesten van ons worden echter zozeer opgeslokt door dagelijkse beslommingen dat we er telkens van afzien om serieus na te denken over de manier waarop we een grotere

bijdrage kunnen leveren aan de groepen, families en gemeenschappen om ons heen. Dat is een jammerlijk verzuim. Morgen is in een handomdraai voorbij, opeens is de maand alweer om en uiteindelijk heb je eerst jaren en vervolgens decennia geleefd zonder een zinvolle en wezenlijke bijdrage te leveren.

Weten wie je bent – en wie je niet bent – is essentieel. Maar dat is slechts het begin. Alle talent, motivatie en inspanning ter wereld zullen niet op prijs gesteld of herinnerd worden wanneer ze andere mensen niet helpen.

De meeste mensen zijn het erover eens dat het leven niet draait om hun eigen of financiële ambities. Het gaat om datgene wat je tot stand brengt dat andermans leven verbetert. Het gaat om het investeren in de ontwikkeling van anderen. En het gaat om je deelname aan acties die mensen zullen blijven ondernemen, ook als jij er niet meer bent. Uiteindelijk zul jijzelf de tand des tijds niet doorstaan, maar je bijdrage wel.

Tijdens een toespraak in Montgomery (Alabama) noemde een jonge Martin Luther King in 1957 de vraag ‘Wat doe jij voor anderen?’ de ‘meest acute en belangrijkste vraag des levens’. Hij was toen nog maar negenentwintig. Het is eenvoudig te begrijpen waarom hij de rest van zijn korte leven bijna helemaal aan het beantwoorden van die vraag heeft gewijd. Door dat te doen, heeft hij ons laten zien dat je voor aanhoudende groei van komende generaties kunt zorgen wanneer je energie en inspanningen naar buiten zijn gericht.

BIJDRAGEN ZIT ONS IN HET BLOED

Ware groei komt eerder voort uit het volgen van je bijdrage dan van je hart. Door simpelweg de vraag te stellen ‘Wat kan ik bijdragen?’ volg je een betere koers en bereik je meer dan wanneer je bij jezelf begint. Dat geldt zeker niet alleen op het gebied van je carrière.

Inzicht in hoe je dagelijkse bezigheden het leven van anderen kunnen verbeteren is, zo lijkt steeds meer bewijs uit te wijzen, de grootste prikkel voor succes en welzijn. Onderzoekers hebben vastgesteld dat mensen van nature op anderen gericht zijn, wat zij ‘prosociaal’ noemen. Volgens vooraanstaande wetenschappers die honderden onderzoeken over het onderwerp hebben bestudeerd, zijn de belangrijkste kenmerken van een leven van betekenis ‘het bijdragen aan en aansluiting vinden bij iets voorbij het zelf’.

De wetenschap dat we zinvolle bijdragen leveren aan andermans leven, leidt niet alleen tot betere prestaties, maar bevordert ook je gezondheid en welzijn. Zelfs kleine gebaren van vrijgevigheid zorgen voor veranderingen in onze hersenen waardoor we ons gelukkiger voelen. Met elke prosociale handeling op het werk komt energie vrij die meetbaar ‘de gever, de ontvanger en de hele organisatie’ ten goede komt.

Sta daar eens bij stil. Werken kan in feite dagelijks je gezondheid en welzijn verbeteren. Werken kan hier ook betekenen dat je elke dag iets doet wat jouw relatie met je familie en vrienden verbetert. Ik denk dat we dat eigenlijk wel weten – en dat maakt de kloof tussen wat we momenteel bijdragen en wat we zouden kunnen bijdragen des te frustrerender.

EEN LEVEN VAN DIENSTBAARHEID

Tijdens het schrijven van dit boek overleed een dierbare vriend en collega van mij na een lange strijd met hartproblemen, een harttransplantatie en aansluitend kanker. Normaal gesproken zou ik niets zo deprimerend hebben gevonden als het bijwonen van een herdenkingsdienst van iemand die ik liefhad en bewonderde. Maar dat bleek deze keer anders te zijn – grotendeels door de manier waarop hij zijn leven had geleid.

Enkele maanden voordat mijn vriend Mark overleed, schreef ik hem uitgebreid over de diepgaande invloed die hij op mijn leven, carrière en familie had gehad. Daarna, een paar weken voor zijn overlijden, mocht ik nog zijn zevenenvijftigste verjaardag bijwonen in gezelschap van zijn vrouw, dochters en ouders.

Tijdens de maaltijd beantwoordden we een voor een vragen over Mark die zijn vrouw van tevoren had opgeschreven. Dat bood mij de gelegenheid om hem te vertellen dat ik een betere vader voor mijn twee kinderen was geworden omdat ik zoveel van hem had geleerd over familie, ouderschap en plezier maken. Het betekende nog meer voor mij omdat Mark aan tafel zat en zijn dochters konden horen hoeveel we allemaal over het ouderschap hadden geleerd door hen te zien opgroeien.

Later die avond zei ik tegen Mark dat ik zeker wist dat hij in 57 jaar méér had geleefd dan de meeste mensen in meerdere levens zouden hebben gedaan. Door zijn werk hadden miljoenen leerlingen tijdens hun eerste studiejaar over hun natuurlijke talenten geleerd. Duizenden studenten op de universiteit en in Young Life, een organisatie waarmee hij samenwerkte,

hadden baat gehad bij zijn onderwijs en begeleiding.

Het leven van Mark stond in het teken van bijdragen – aan zijn familie, gemeenschap, bedrijf, scholen en zijn geloof. Zijn verjaardag kende dan ook verdrietige momenten, maar was eveneens betekenisvol. Wat ik die avond vooral heb geleerd is dat we manieren moeten bedenken om het leven en de bijdragen van anderen te vieren als zij nog in leven zijn. Wij moeten het leven veel vaker vieren... nog voordat mensen weten dat ze komen te overlijden.

Enkele weken na die gedenkwaardige avond overleed mijn vriend Mark Pogue thuis in familiekring. En zijn herdenkingsdienst was een gebeurtenis die ik nooit zal vergeten. Letterlijk *iedereen* die het woord voerde, drukte uit dat hij of zij door Marks invloed een veel beter leven leidde. Ik luisterde naar leerlingen die vertelden dat Mark hen ervan had weerhouden van school te gaan, hen had geholpen een studierichting te kiezen en nog veel meer. Het was een herdenkingsdienst, maar in alle opmerkingen en gesprekken ging de aandacht uit naar de manier waarop talloze mensen een beter leven leidden en volgende generaties dat zouden blijven doen als gevolg van Marks inspanningen.

Eén ding was zonneklaar terwijl ik naar vrienden, familie, collega's en leerlingen van Mark luisterde: hij had een leven geleid dat ver voorbij de levensduur van een enkele persoon zou reiken. Ik geloof dat wij daar allemaal naar moeten streven – een bijdrage leveren aan andermans bestaan die ook in onze afwezigheid tot in het oneindige zal blijven groeien.

Iets wat wij allemaal gemeen hebben is dat we de dag van

vandaag tot onze beschikking hebben om te investeren in iets wat ons zou kunnen overleven. Voorbij die dag zijn er geen garanties. Zoals Mark mij heeft geleerd, levert elk uur dat je besteedt aan het beantwoorden van de vraag ‘Wat doe jij voor anderen?’ iets op wat zal voortbestaan.

*Het leven is niet wat je eruit haalt...
maar wat je er weer in stopt.*