

# Everyone is a Mentor: Het pad naar je hartsverlangen

*Het beste cadeau aan jezelf.*

**Je vindt je ambitie of hartsverlangen sneller wanneer je dit beschouwt als een sociaal proces van voortdurende verbetering, stap voor stap. Dit verhoogt niet alleen je levensgeluk, maar verbetert ook je productiviteit, aldus auteur en spreker Steven de Lira.**

Herken je dat gevoel van leegte of gebrek aan richting? Ben je er momenteel mee aan het worstelen?

Everyone is a mentor. Mensen komen in ons leven om ons te irriteren of te inspireren. En alles daartussenin. De irritaties en inspiraties zijn zogenaamd verkeersborden om jou de weg te wijzen richting jouw hartsverlangen of purpose of ambitie.

*Note; in deze blog gebruik ik bewust door elkaar de woorden, Ambitie, Purpose, Hartsverlangen, Droom enz. Het zijn verschillende woorden voor dat ding wat maakt dat jij uit je bed komt op de dagen dat je geen zin in hebt of als het behoorlijk tegen zit en niemand jou ziet staan.*

Als een onrustig 'rupsje nooit genoeg' of hoe je het ook maar wilt noemen, leidde ik mijn leven. Het continu najagen van status in werk en materieel, maar ook de leegte ervaren bij het bereiken van mijn doelen, ambities, dromen en wensen. Het voelde als een soort honger die nooit gestild werd. Sinds een paar jaar ervaar ik veel meer rust en vertrouwen, ondanks dat ik in onrustige en onzekere periode in mijn leven zit. Een paar grote teleurstellingen als ondernemer en ook privé ging het niet zoals gedroomd.

Weten wat ik wil, is volgens mij, het allermooiste cadeau dat ik mezelf heb kunnen geven. En dat gun ik iedereen. Wat ik zelf miste is een pragmatische niet zweverige methode om mezelf te ontdekken en te ontwikkelen. Als nu een moment is dat je hierdoor geïnspireerd wilt worden, deel ik graag mijn inzichten met je. Ik ben een ingenieur, dingen moeten voor mij meetbaar zijn, ik hou van snelheid en heb niet de rust om te mediteren. Wel ga ik regelmatig hardlopen zonder muziek, telefoon of sporthorloge waardoor ik een soort flow ervaar, wat je misschien zou kunnen vergelijken met mediteren.

Ondanks dat ik van snelheid hou, waarschuw ik je nu alvast dat er geen snelle oplossing bestaat om een Concrete Haalbare en Inspirerende ambitie (CHI, toevallig ook levensenergie in de Chinese cultuur) te vinden en te formuleren. Je ambitie mag je ook

wat mij betreft purpose noemen. Purpose is een verhaal dat een antwoord geeft op de volgende vragen: wie ben ik, wat wil ik oplossen in de wereld, met wie en voor wie. Oke terug naar de CHI-ambitie, een CHI-ambitie is iets wat je voelt en niet denkt. Ik ben blij dat ik mijn CHI Hartsverlangen heb gevonden, maar het heeft mij veel bloed, zweet en tranen gekost. Die ervaring wil ik graag met je delen en ik heb een paar tips voor je. Als jij jouw CHI-Hartsverlangen hebt gevonden zul je merken dat je meer rust en vertrouwen hebt, omdat je steeds betere beslissingen kan nemen over activiteiten en mensen die bij jou passen. Daardoor haal je meer energie uit de dingen die je doet en met de mensen waarmee je leeft, studeert of werk

Even een reality check: een transformatieproces kost gemiddeld tussen de 2 en bijna 3 jaar. Als het sneller lijkt te gaan, komt dat omdat dit proces onder de oppervlakte al begonnen was. Het duurt gemiddeld 9 maanden om een gevoel van een nieuwe richting te ontdekken door middel van veel experimenteren en gesprekken met 'mentoren'. Vervolgens neemt het ook aanzienlijk tijd in beslag om die nieuwe richting te internaliseren en daadwerkelijk de 'nieuwe versie' van jezelf te worden. Dus het proces gaat als volgt: ontdekken, doorvoelen en zijn.

Het spijt me als dit enigszins teleurstellend klinkt. Als je echter waarde hecht aan eerlijkheid en bereid bent de inspanning te leveren en geduld op te brengen, laten we dan beginnen. Speciaal voor degenen die haast hebben, heb ik een stap 6 toegevoegd aan deze bijgewerkte blog.

Laten we eerst de basisprincipes van mijn stappenplan delen voordat we de diepte ingaan:

1. Everyone is a mentor. Mensen komen in ons leven om ons te inspireren of te irriteren. En alles daartussenin. De irritaties en inspiraties zijn zogenaamd verkeersborden om jou de weg te wijzen richting jouw purpose.
2. Jouw, purpose of hartsverlangen, is continu in ontwikkeling. We zijn niet in beton gegoten. Wij ontwikkelen ons in versies. Net als de software op je telefoon. Versie voor versie wordt het verbeterd. Bugs eruit, nieuwe functies erin. In softwareontwikkelingwereld noemen we dit agile, snel en wendbaar inspelen om de nieuwe inzichten.
3. De diversiteit en kwantiteit van jouw mentoren netwerk bepalen hoe breed en ook hoe diep de verschillende versies van jouw hartsverlangen worden. Dit kan je heel data gedreven doen want je mentoren en hun diversiteit kan je simpelweg tellen.

Onze omgeving is ook continu aan het veranderen.

Dus je ware ambitie/wens/hartsverlangen of purpose is een logisch vervolg van de rode draad in je leven en dat blijft zich continu ontwikkelen als je in verbondenheid leeft met jouw omgeving.

Hierbij mijn 5 stappenplan om je rode draad te vinden en je CHI Hartsverlangen te formuleren en regelmatig te updaten:

### **STAP 1 De eerste versie**

Schrijf je persoonlijke ambitie op, neem daar de tijd voor. In trainingen en in onze app ervaar ik dat veel mensen dit enorm lastig vinden. Veel mensen blijven minutenlang staren naar een leeg papier voor hun neus.

Als ik doorvraag, blijkt dat veel mensen bang zijn voor afwijzing of falen. Wat als mijn ambitie niet uitkomt, wat als men mijn ambitie afkeurt of als bedreigend ervaart.

## **Feel the fear and do it anyway.**

### **STAP 2 Betrek jouw mentoren**

Deel je persoonlijke ambitie met een aantal familieleden, vrienden of collega's en vraag om een eerste reactie, stel hen vervolgens een verdiepingvraag, bijvoorbeeld: "Als jij mijn persoonlijke ambitie leest, wat voor stappen zou jij vandaag ondernemen om deze ambitie te realiseren?" Het is leuk om hier met elkaar over van gedachten te wisselen. Hó wacht even, ik hoor je denken. Dit voelt niet comfortabel om dit zo even te doen met vrienden en familie! Herken je dat? Ik kan je zeggen dat dit 'taboe' onterecht is. Je hebt anderen nodig om jezelf te ontdekken en andere mensen vinden het leuk om te helpen. Alleen zijn we bang om onze dromen en wensen bloot te stellen aan anderen. Ik geloof en heb de ervaring dat het open source maken van mijn ambitie enorm helpt om het te realiseren.

Hier is een herziene versie van de tekst:

Ons hartsverlangen omvat elementen van ergens veiligheid vinden, bijdragen willen leveren, ergens thuis voelen en persoonlijke ontwikkeling. Om deze verlangens te vervullen, hebben we onder andere kansen nodig. Dit betekent dat we andere mensen nodig hebben om te ontdekken waar en hoe we van waarde kunnen zijn. Het is belangrijk op te merken dat dit een sociaal proces is, wat misschien lijkt te contrasteren met de dominante westerse individualistische cultuur."

### **STAP 3 Beantwoord deze verdiepende vragen**

Stappen 1 en 2 zijn noodzakelijk om alles wat je in je hoofd hebt, te kunnen uiten. Voor de meeste mensen zijn deze eerste stappen confronterend en vaak pijnlijk. Als je persoonlijke groei wilt ervaren, dan moet je comfortabel worden met activiteiten die ongemakkelijk of pijnlijk zijn. Maar ik kan je alvast verklappen dat de extra ruimte die je daarna zult ervaren, 'Hopi Dushi' is. (Dat betekent 'heel lekker' in Papiamentu). Hier is een herformulering van de tekst met de focus op de acties die de lezer moet ondernemen:

Je CHI-Hartsverlangen wordt gevormd door de rode draad van alles wat je tot nu toe in je leven hebt gedaan of ervaren. Je hebt de keuze om deze ervaringen te beschouwen als leermomenten die je voorbereiden op het vervullen van je ambitie. Als voorbeeld, of het nu gaat om de rijkdom van je vader of zijn worstelingen met een verslaving, deze ervaringen hebben je op bepaalde manieren gevormd en je geconfronteerd met specifieke kwesties. Als je je ouders niet hebt gekend en in een pleeggezin bent opgegroeid, heeft dit je geconfronteerd met maatschappelijke thema's zoals adoptie en heeft het je op een specifieke manier gevormd."

## **Everyone is a mentor**

Om een persoonlijk voorbeeld te geven, ik ben geboren en getogen op Curaçao. Passievol leven is voor mij een belangrijk onderwerp. Mijn ouders hebben mij heel vrij opgevoed en veel verantwoordelijkheid gegeven. Die vrijheid is een belangrijke drijfveer voor mij om te ondernemen. Dit is de positieve kant. Het kan voor jou juist het gebrek aan vrijheid zijn, dat nu een drijfveer is. Uit positieve en negatieve ervaringen kan je een leermoment halen en dit 'toevoegen' aan je rode draad. Mijn ervaring is dat je door op deze manier te kijken naar je verleden, je ook anders kunt gaan kijken naar het heden en de toekomst.

Probeer een antwoord te schrijven op deze vragen:

- 1: Wat heb je meegekregen van je opvoeding thuis? Wat vonden je opvoeders belangrijk?
- 2: Wat zijn thema's in onze samenleving die jou echt raken?
- 3: Wie heeft jou enorm geïnspireerd en waarom?
- 4: Waar ben je trouw aan?
- 5: Wat is jouw grootste frustratie?
- 6: Is er een relatie tussen jouw frustratie en een maatschappelijk thema?

7: Wat kan je heel goed? Vraag andere mensen wanneer jouw ogen twinkelen. Vaak zijn we blind voor onze eigen talenten.

8: Wat zou je willen leren?

9: Wat is de kern van je studie of opleiding? Wat heeft het jou gebracht?

10: Wat zit in jouw DNA, met andere woorden heb je meegekregen van je ouders of je grootouders?

11. Wie irriteren jou en waarom?

12. Wie inspireren jou en waarom?

#### STAP 4 Maak je Hartsverlangen CHI

Nu kan je een tweede versie van jouw persoonlijke ambitie formuleren met iets meer diepgang. Vraag een vriend, mentor, collega, partner of familielid samen met jou te puzzelen met de antwoorden uit vraag 3. Formuleer hiermee een nieuwe versie van

jouw ambitie die meer CHI (Concreet Haalbaar en Inspirerend) is.



Je hartsverlangen fungeert als een kruispunt waarin verschillende aspecten van je leven samenkomen. Wanneer ik mensen train, help ik hen vanuit verschillende perspectieven hun ambitie te formuleren, pas dan wordt het echt van henzelf. Kijk maar naar politici; ze krijgen mediatraining en ongeacht de vraag van een journalist kunnen ze die verbinden met hun partijprogramma.

Ongeacht wat je van politici en hun programma's vindt, streven naar hetzelfde vermogen met je hartsverlangen is een waardevolle inzet. Als je dit beheerst, vergroot je je kansen om je hartsverlangen te realiseren of te leven.

Probeer je Hartsverlangen **Concreet** en **Haalbaar** te formuleren. Er zijn schattingen die suggereren dat volwassenen gemiddeld tussen de 20.000 en 70.000 beslissingen per dag kunnen nemen, inclusief kleine keuzes zoals wat te eten, welke kleding te dragen, en meer substantiële beslissingen op het werk. Concreet en Haalbaar formuleren van je ambitie zijn daarom noodzakelijk, anders ziet jouw brein de keuzes en kansen niet die specifiek voor jouw hartsverlangen nodig zijn.

Ja jouw hartsverlangen moet ook inspireren. Zonder inspiratie geen actie. Dit zijn enkele richtlijnen van storytelling die je kan gebruiken om jouw ambitie **inspirerender** te maken voor jezelf en anderen:

1. **Goede structuur:** Bouw je verhaal op met een begin, midden en einde.
2. **wat je wilt leren:** Voeg uitdagingen toe en wat je wilt leren om het verhaal boeiend te maken.
3. **Cultuur en authenticiteit:** Neem culturele en persoonlijke elementen op voor authenticiteit.

### **STAP 5: Onderhoud jouw hartsverlangen in versies. Dit is een vorm van zelfliefde**

Persoonlijke ambitie is een voortdurend evoluerend proces, vergelijkbaar met software-updates op je telefoon. Voortdurend verkrijgen we nieuwe inzichten, die leiden tot het ontwikkelen van verbeterde en snellere 'versies' van onszelf, net zoals bij technologische updates. Werken in versies creëert ruimte voor groei. Helaas zetten veel mensen geen stappen omdat ze te streng zijn voor zichzelf. Stel je voor, Apple of Samsung zouden nooit een telefoon uitbrengen als ze moesten wachten tot ze perfect waren.

Dus, maak een 'versie' van hartsverlangen, deel deze met je mentoren, verzamel hun feedback en ga experimenteren en leven. Vervolgens kun je weer aan een nieuwe 'versies werken.

### **STAP 6: De turbo knop.**

Dit is een extra stap voor zeer gedreven individuen die niet twee jaar willen wachten op hun groeispuurt. Sta regelmatig, bij voorkeur wekelijks, stil bij wie jouw mentoren waren. Wat heb ik deze week geleerd en waarom, en van wie? Als je deze levenslessen sneller en dieper in jouw systeem wilt verankeren, zoek dan een afbeelding die past bij de emotie of het gevoel van wat je hebt geleerd. Het is vrij eenvoudig om op te schrijven wat je hebt geleerd, maar het vinden van een afbeelding dat symbool staat voor jouw levenslessen kan een uitdaging zijn. Ga niet uit de weg voor dit uitdagende gevoel; het kost minder tijd dan het bekijken van een aflevering op Netflix. Besteed een half uurtje aan dit gevoel van ongemak en zoek en reflecteer op de volgende vragen: Wat weet ik nu meer over wie ik ben, over wat ik wil doen? En wat weet ik nu meer over hoe en met wie ik wil leven, studeren en werken?

Ik wens veel succes, plezier maar vooral veel geduld in dit proces.

Als je vragen of opmerkingen hebt, dan kun je mij direct mailen op [steven@iseekme.com](mailto:steven@iseekme.com). Veel beter is om mij uit te nodigen om jouw mentor te zijn in iSeekMe app.

Hieronder zie je een overzicht van ambities die wij in de praktijk zien. De meeste mensen formuleren hun ambitie zoals in de linkerkolom. Uit een onderzoek dat we samen met Hogeschool Leiden, faculteit toegepaste psychologie, hebben gedaan, blijkt dat mensen met een ambitie die meer overeenkomt met de rechterkolom, als productiever worden ervaren door hun manager.

Nog niet CHI, een matige eerste versie. durf dieper te graven met de vragen van stap 3	Wel CHI ambitie, een mooie tweede versie. Zelfs deze versies kunnen en moeten verder geüpdatet worden.
Ik wil meer evenwicht tussen werk en privé	Ik neem (te)veel werk over van mijn collega's. Ik wil werken aan mijn assertiviteit zodat ik op een vriendelijke manier leer nee te zeggen, waardoor ik mijn werkdruk kan verlagen. Ik wil in 2024, 2x per week de kinderen uit school halen.
Ik wil biologie gaan studeren	Natuur en respect voor het milieu was belangrijk in mijn opvoeding. Ik voel me gelukkig en blij als ik met dieren om ga. Mijn generatie moet een enorme stap maken om beter in evenwicht te leven met de natuur. Ik wil hier een bijdrage aan leveren.
Ik wil manager worden	Ik ben inhoudelijk goed in mijn vak. Echter merk ik dat ik meer energie uit mijn werk haal als ik mensen coach. Ik trek nu twee jaar uit om te investeren in het ontwikkelen van mijn leiderschapskwaliteiten. Per 1-2-2024 ga ik starten met een coachtraject.

Ik wil later veel geld verdienen

Ik wil graag voor mijn 45ste financieel onafhankelijk zijn. De vrijheid en aan de andere kant de risico's van ondernemerschap passen heel goed bij hoe ik altijd heb geleefd. Ik ben in hart en nieren een sportman. Doelen stellen en doorzetten is mijn tweede natuur. Nu de markt aantrekt zie ik een kans om mijn eigen bedrijf te beginnen in de telecommarkt. In het eerste kwartaal van 2024 wil 2 intentieverklaringen van potentiële klanten hebben.