

Marja den Boer had geen plezier in haar werk. Ze besloot twintig mensen te interviewen die dat wel hadden. Nu leert ze anderen hun diepste verlangens te verwezenlijken.

Brigit Kooijman

Marja den Boer zit op de fiets van haar werk naar huis. Ze is moe, suf. Ze is bedrijfskundige en heeft een mooie baan bij de gemeente Amsterdam, een droombaan zelfs. Dat wil zeggen: op papier. Maar het werk bevredigt haar niet. Ze heeft er geen plezier in en heeft niet het gevoel dat ze ertoe doet.

Elke dag fietst ze in deze uitgeputte toestand naar huis. Als ze hoort of leest over mensen die wél bevlogen zijn in wat ze doen, die een boeiend, avontuurlijk leven leiden en ook nog eens betekenis hebben voor de samenleving, maakt haar dat jaloers. Ze besluit hen te interviewen om erachter te komen wat hun geheim is.

Ze vliegt naar Bandung voor een gesprek met daklozenarts Igor van Laere, rijdt naar Brussel om Neelie Kroes te spreken, bezoekt trendwatcher Lidewij Edelkoort in Parijs. Na een interview met wetenschapper Robbert Dijkgraaf zegt ze haar baan op en fietst ze naar China. Daar besluit ze gehoor te geven aan haar verlangen en prioriteit te geven aan het schrijven. Dijkgraaf had gezegd: „Richt je op je eigen ding, op waar jij in gelooft. Ook al kost het je status, geld of je positie.” Dat was begin 2009.

Juni 2012. Een zaaltje in de School voor Coaching, op een bedrijventerrein in Leiden. Dertig mannen en vrouwen, vooral veertig-plussers, zitten in een grote kring op stoelen langs de wand. Om de beurt staan ze op en vertellen wat hun ‘diepste verlangen’ is. „Mijn jeugdroom verwezenlijken: naar het buitenland gaan en minder bedeelde helpen”, zegt de een. „In verbinding met andere mensen de wereld mooier maken met kunst”, zegt een ander. „Een woonvoorziening creëren voor mijn gehandicapte zoon”, zegt een derde.

Dit is de trainingsdag *Durven Doen Wat Je Raakt*, die Marja den Boer geeft voor mensen die op zoek zijn naar hun heilig vuur, zoals zijzelf een paar jaar geleden. De stap van interviews over bevlogenheid naar trainingsdagen rond dit thema was niet zo groot, omdat Den Boer al eerder werkte als trainer en coach. Haar klanten zijn zowel bedrijven, zzp'ers als particulieren. Vandaag bevinden zich onder de deelnemers een pianoleraar, een professional organizer, een communicatieadviseur, een projectleider bij een chipfabriek, een leerkracht, een psycholoog. Sommigen hebben een depressie of burn-out achter de rug, een ander is net ontslagen. Weer anderen hebben hun bestaan prima op orde, maar hebben niettemin het gevoel dat er méér uit het leven te halen valt.

Terug uit China ging Den Boer verder met het interviewen van haar rolmodellen: Britta Böhler, Heleen Mees, Arnon Grunberg, Wubbo Ockels. Zo sprak ze tweëntwintig ‘superhelden’, wier verhalen ze bundelde in een boek. Een geheim hadden de ‘bevlogenen’ niet, wel ontdekte Den Boer bepaalde patronen in hun levens. Zo hadden velen een gemis gekend in hun jeugd en realiseerden ze later voor anderen wat ze zelf hadden ontbeerd.

Het sprekendste voorbeeld is Henk Krol, oud-hoofredacteur van de *Gay Krant* en voor-



Op zoek



Deelnemers aan de training 'Durven doen wat je raakt' in Leiden. Boven: spreker Fred Beekers (staand) Foto Jan-Dirk van der Burg

naar heilig vuur

vechter van het homohuwelijk, die door zijn geliefde paters Augustijnen als zestienjarige van het internaat werd gestuurd toen hij werd betrapt tijdens het zoemen met een andere jongen.

En nee, een ongelukkige jeugd is geen voorwaarde voor bevlogenheid. Maar wat we wel kunnen leren van haar helden, vertelt Den Boer, is dat je moeilijkheden kunt overwinnen en gebruiken om iets goeds tot stand te brengen. Fred Beekers, medegrondlegger van Arsen zonder Grenzen, weet ervan. In zijn jeugd ontving hij weinig liefde, waardoor hij wist hoe eenzaamheid voelde. Dat besef leidde er toe dat hij Resto VanHarte oprichtte, een keten van buurtrestaurants waar eenzame mensen terecht kunnen voor een maaltijd en ge-

zelschap. Hij vertelt zijn verhaal vandaag aan de deelnemers. Die hangen aan zijn lippen.

Uit haar interviews leerde Den Boer ook dat bevlogenheid niet zonder intuïtie kan. Wie beslissingen altijd alleen maar rationeel afweegt, zal niet durven doen wat hem of haar raakt. Om te ervaren hoe intuïtie werkt, is er een oefening. Een jonge vrouw biedt zich aan als proefkonijn. Ze vertelt dat ze een ontmoetingscentrum voor moeders en baby's wil oprichten, maar nog niet durft. Den Boer schrijft op een wit vel 'huis-/oppasmoeder' - de huidige situatie - en op een ander vel 'geen moedercentrum'. Wat voelt ze als ze, schoenen uit, gaat staan op het vel met 'moedercentrum'? „Ik voel me gespannen”, zegt de jonge vrouw.

„In mijn benen, mijn rug en mijn buik. Het is angst voor wat anderen zullen zeggen of denken.” Op het andere vel voelt ze zich veiliger, alsof ze in een loungestoel zit. Maar ook voelt ze 'isolement'.

Marja den Boer geeft geen advies. Het komt op jezelf aan, zegt ze, om je verlangens en dromen te realiseren. Robbert Dijkgraaf is duidelijker. In het interview met Den Boer zegt hij het zo: „Dwing jezelf in beweging te komen, iedere dag opnieuw. Hoe oncomfortabel dat ook kan voelen. Als je steeds meer comfort zoekt en risico's uit de weg gaat, doe je jezelf uiteindelijk teniet.”

Even later zit de jonge vrouw met een groepje mensen om zich heen. Ze verzinnen samen een naam voor haar moedercentrum.

Durven doen wat je raakt, 22 gesprekken over lef en bevlogenheid door M. den Boer, uitg. Thema. Meer info: www.durvendoenwatjeraakt.nl

Op www.nrc.nl/mensen is een filmpje van de bijeenkomst in Leiden te zien

Acht inzichten over bevlogenheid:

1 Het begint allemaal met plezier, met iets doen wat je in aanleg goed kunt of wat misschien zelfs een talent is.

Eurocommissaris Neelie Kroes: „Weet u, ik ga nooit met de pest naar mijn werk. Nooit. Het belangrijkste is dat je plezier blijft houden in wat je doet.”

2 Bevlogen mensen durven zekerheden los te laten.

Trendwatcher Lidewij Edelkoort: „Je moet bereid zijn een sprong te maken, je los te maken en de onzekerheid op te zoeken. Dat kan betekenen dat je minder geld gaat verdienen, je moet verhuizen of de relatie met je partner moet opgeven.”

3 Angst, twijfel en onzekerheid horen erbij. Het zijn normale gevoelens wanneer je je grenzen verlegt.

Tweede-Kamerlid Ahmed Marcouch: „Elke vraag, iedere twijfel leidt tot inzichten.”

Advocate Britta Böhler: „Worstelen met wat goed is, wat juist is om te doen, is een teken van persoonlijke groei. Het maakt je tot een gelaagde en interessante persoonlijkheid.”

4 Crisissituaties (burn-out, overlijden van een dierbare, een verbroken relatie, ontslag) blijken achteraf vaak sleutelmomenten.

Publiciste Heleen Mees (over de tijd nadat haar relatie over was): „Ik heb de energie en de pijn van dat jaar gebruikt. Het heeft mijn schrijven gescherpt. Kunst wordt geboren op momenten van tegenslag.”

5 Doorzettings- en incasseringsvermogen, concentratie en oefening zijn nodig om ver te komen.

Mediamagnaat Joop van den Ende: „Ik heb me altijd teruggeknoet, na iedere tegenslag. Waar anderen hun kop laten hangen, krijg ik juist extra energie: 'Ik zal verdorie laten zien dat ...' (...) Het gaat erom dat je doorgaat, wat er ook gebeurt.”

6 Fouten mogen maken (en daarvan leren) is belangrijk.

Advocate Britta Böhler: „Ik zou onder geen beding fouten hebben willen voorkomen of een bepaalde wijsheid eerder hebben willen vergaren. Bij elke leeftijd horen bepaalde lessen. Het is juist belangrijk die zelf te ondergaan, afwegingen te maken en fouten te erkennen.”

7 Bevlogen mensen zoeken geregeld de stilte op.

Wetenschapper Robbert Dijkgraaf: „Je kunt achterhalen wat je écht wilt door de afzondering te zoeken. Als alles en iedereen weg is, verstemmen de stemmen uit je omgeving. Dan klinkt de stem die jij alleen hoort.”

Lid Raad van Bestuur AkzoNobel Tex Gunning: „Wat helpt is te luisteren naar je innerlijke stem. Jij en ik, die stem hebben we allemaal. Die hoor je alleen als het stil is. Je bent al heel ver als je geregeld afzonderd, luistert naar wat die stem je vertelt en van daaruit probeert te leven.”

Advocate Britta Böhler: „Ik geloof dat het belangrijk is om zo nu en dan een time-out te nemen. Gas terug en reflecteren op jezelf. (...) Bij mij lukt het niet tussen het werk door. Daarom heb ik dit jaar een sabbatical genomen. Om te kijken waar ik sta. Om nieuwe ideeën op te doen.”

8 Intuïtie is een belangrijke raadgever.

Architect Francine Houben: „Intuïtie speelt bij mij een grote rol. Het is niet iets wat alleen vrouwen hebben of wat plotseling uit de lucht komt vallen. Het is gebaseerd op de kennis en ervaring die je hebt opgebouwd.”