

Inhoud

<i>Voorwoord</i>	9
<i>Opmerkingen van de auteur</i>	11
<i>Inleiding</i>	15
1 Een lekke band	19
2 Goed nieuws en slecht nieuws	27
3 De lange weg naar huis	29
4 George ontwaakt	33
5 Geen Joy in de bus	37
6 De regels	39
7 Jij bent de bestuurder	43
8 Het draait allemaal om energie	51
9 George vertelt over zijn visie	55
10 Focus	59
11 De kracht van positieve energie	63
12 George gaat wandelen	69
13 De theorie van die ene geweldige slag	71
14 Buskaartjes	73
15 Een heel lang weekend	79
16 Wie zitten er in de bus?	81
17 Negativiteit is je vijand	83
18 Geen energievampiers in de bus	89
19 De ultieme regel voor positieve energie	93
20 George neemt het heft in handen in zijn bus	97
21 George heeft een droom	105

22	Beter laat dan nooit	107
23	Een goed gevoel	109
24	Leidinggeven met je hart	113
25	Chief Energy Officer	117
26	Houd van je passagiers	127
27	Alles is liefde	135
28	Angst en vertrouwen	139
29	De volgende dag	143
30	Het team raakt geïnspireerd	149
31	Wedstrijddag	153
32	De presentatie	161
33	Joy	165
34	Het is leuker in de bus	169
	<i>Het actieplan van de energiebus</i>	173
	<i>Nodig iemand uit voor een rit in je bus</i>	179
	<i>Dankwoord</i>	181

Voorwoord

Ik begin veel van mijn seminars met het verzoek aan de deelnemers om te gaan staan en twee dingen te doen. Eerst laat ik hen andere mensen begroeten alsof die onbelangrijk zijn. Na wat inleidend gegrinnik volgt een verveeld gehum terwijl iedereen rondloopt en probeert de anderen te negeren. Vervolgens laat ik hen opnieuw mensen begroeten, maar nu alsof ze goede vrienden zijn die ze lang niet hebben gezien. Overal in de zaal hoor je mensen lachen en het volume zwelt aan terwijl mensen rondlopen, elkaar omhelzen, lachen en met elkaar kletsen.

Als iedereen ten slotte weer gaat zitten, vraag ik: ‘Waarom denk je dat ik je deze twee dingen wilde laten doen – en niet alleen omdat ik uit Californië kom?’

Eerst moeten ze lachen en dan vertel ik dat het antwoord ‘positieve energie’ is. ‘Om leiding te geven aan een succesvolle organisatie moet je leren de energie van mensen, en van jezelf, aan te sturen. Wanneer was er meer energie in de zaal – tijdens de eerste activiteit of tijdens de tweede?’

Natuurlijk roept iedereen dan: ‘Tijdens de tweede!’

‘Wat heb ik gedaan om de energie in de zaal te veranderen?’ vraag ik dan. En ik geef zelf het antwoord: ‘Het enige wat ik deed, was jullie focus verleggen van een negatieve gedachte naar een positieve, en de hoeveelheid energie in de zaal vertienvoudigde.’

Wat ik net beschreef, is precies de reden waarom ik zo

enthousiast ben over Jon Gordon en zijn *Pak de bus*. Elke morgen sta je voor de keus. Ben ik vandaag een positieve denker of een negatieve denker? Positief denken geeft je energie.

Als je op je werk komt, heb je opnieuw een keus. Je kunt letten op wat mensen goed doen, of je kunt letten op de dingen die ze verkeerd doen. Je raadt al welke van die twee meer energie geeft.

Lees dit boek als je je gezin, je carrière, je team of je organisatie meer spirit wilt geven. Jons energie en adviezen spatten van de bladzijden en zullen je helpen positieve energie te cultiveren in alles wat je doet – dan zal de wereld een betere plek worden omdat jij erin hebt rondgelopen.

Bedankt Jon, omdat je ons oppept en zo ver krijgt dat wij die bus pakken.

– Ken Blanchard
Coauteur van *The One Minute Manager*®
en *Leading at a Higher Level*

Opmerkingen van de auteur

Het is leuk om op je leven terug te kijken en te zien hoe bepaalde gebeurtenissen ertoe leidden dat je bent gekomen waar je nu bent. Zo ging het ook met de inspiratie om dit boek te schrijven. Ik maakte een promotietour langs achtentwintig steden voor mijn eerste boek *Energy Addict: 101 Ways to Energize Your Life*, toen ik een buschauffeur ontmoette die me van Denver-autoverhuur naar het vliegveld bracht. Deze buschauffeur had niet alleen de grootste glimlach die ik ooit had gezien, maar verspreidde ook een levensveranderende wijsheid die me echt raakte. Ze belichaamde de positieve energie waar ik overal in het land over sprak. Ik schreef een artikel over deze ontmoeting in mijn wekelijkse e-nieuwsbrief, getiteld *10 Rules for the Ride of Your Life*, en werd overspoeld door enthousiaste reacties waarin de betreffende nieuwsbrief de beste ooit werd genoemd. Toen ik op een dag een wandelingetje maakte, doken het idee en het verhaal voor dit boek zomaar ineens in mijn hoofd op. En toen ik eenmaal begon met schrijven, kon ik niet meer ophouden. De woorden stroomden naar buiten en nu houd je het eindresultaat in je hand.

Ik nodig je daarom van harte uit voor deze leuke en leerzame rit met de energiebus. Ik hoop dat je dit boek niet alleen zult gebruiken als brandstof voor je leven, werk en team, maar ook om van de rit te genieten. Het doel van je bestaan is tenslotte jong te leven, plezier te hebben en

– zo laat mogelijk – met een glimlach op je gezicht bij je eindbestemming te arriveren. Dat zou namelijk betekenen dat je echt van de rit hebt genoten.

Graag wil ik nog de volgende mensen en werken noemen als inspiratiebron voor sommige ideeën in dit boek.

Inspiratie voor het Energy Bus-kinderboek komt van Richard Bach, de auteur van *Illusions* en *Jonathan Livingstone Seagull*, die zei: ‘Je krijgt nooit wat je wenst als je niet in staat bent om die wens waar te maken.’

De positieve-energieformule is geïnspireerd op de formule $E + R = O$ (Event + Response = Outcome, oftewel: een gebeurtenis plus jouw reactie daarop is het resultaat), die Jack Canfield, auteur van *The Success Principles*, met me deelde.

De informatie uit het energieboek waar ik in dit verhaal naar verwijs, is afkomstig uit mijn boek *The 10-Minute Energy Solution*.

Het verhaal over Abraham Lincoln die tijdens de Burgeroorlog op de gevechtsrapporten wacht, is geïnspireerd op een geluidsopname van Jim Collins, auteur van *Good to Great*. Maar hoewel Jim Collins ook spreekt over de juiste mensen in je bus krijgen, was dit boek mijn idee.

Ik kwam het onderzoek naar vliegtuigontwerpen voor regel 9 op het spoor dankzij Laurie Beth Jones en haar boek *Jesus CEO*.

Onderzoek naar de energie van het hart is afkomstig van het Institute of Heartmath, waar onderzoekers fantastisch en vernieuwend werk doen.

Joys bus was niet zomaar nummer 11. Dit getal is voor mij heel bijzonder.

Ik stuur wat positieve energie jouw kant op,

Jon

Inleiding

Positieve energie... Het is een term die je steeds meer hoort in conferentiezalen, klaslokalen, kleedkamers en zelfs huiskamers. Wellicht omdat er een overvloed aan nieuw onderzoek is dat aantoonde dat positieve mensen, positieve communicatie, positieve interactie en een positieve bedrijfs- en teamcultuur positieve resultaten opleveren. Of misschien weten we diep vanbinnen allemaal wel dat elk mens, elke loopbaan, elk bedrijf, elke organisatie, elk gezin en elk team negativiteit, tegenslagen en uitdagingen moet zien te overwinnen om zichzelf te definiëren en succesvol te zijn.

Iedereen wordt wel eens op de proef gesteld, en het antwoord op een dergelijke test is positieve energie – niet de welbekende juichende tjakka-energie, hoewel daar zeker ook een tijd en een plaats voor zijn. Maar met positieve energie bedoel ik vooral optimisme, vertrouwen, enthousiasme, liefde, betekenis, passie en de motivatie om je leven en werk naar een hoger plan te tillen, om succesvolle teams op te bouwen en aan te sturen, tegenslagen in je leven en werk te overwinnen, aanstekelijke energie te delen met werknemers, collega's en klanten, het beste naar boven te halen in anderen en jezelf, en alle negatieve mensen (die ik energievampiers noem) en situaties die je gezondheid, je gezin, je team en je succes dreigen te saboteren te overwinnen.

Positieve energie is heel reëel en in mijn werk met duizenden leiders, verkopers, teams, coaches, organisaties, leraren, sportmensen, moeders, vaders en zelfs kinderen ben ik getuige geweest van de onvoorstelbare kracht van die energie. Ik heb schooldirecteuren gezien die de situatie op hun school ten goede hebben gekeerd en het moreel hebben verhoogd. Leidinggevendenden hebben me verteld hoe ze mijn strategieën gebruikten om hun werknemers en teams te helpen succesvoller te worden. Mensen die kanker hebben overleefd, vertelden me hoe hun positieve houding hen daarbij heeft geholpen. Sporters hebben me verteld hoe ze tegenslagen overwonnen om hun doel te bereiken. Toegewijde werknemers hebben me gemaild en talloze verhalen verteld over promoties en prestaties op hun werk. En een moeder belde me om te vertellen over haar zoon Joshua die, nadat hij had gehoord dat zijn ouders gingen scheiden, had gezegd dat hij zou proberen sterk en positief te blijven omdat positieve mensen langer, gelukkiger en gezonder leefden. Het bleek dat Joshua zich herinnerde wat ik een jaar eerder had verteld toen ik een praatje hield op zijn school over het belang van positieve energie. Ik was hierdoor niet alleen geraakt, maar ook enorm geïnspireerd.

Mensen zoals Joshua inspireren me om over positieve energie te schrijven en die energie te delen, omdat ik diep vanbinnen weet dat het belangrijk is en dat het werkt. Ik hoop dat je dit boek zult gebruiken om positieve energie te brengen in je eigen leven en carrière, en die vervolgens te delen met je collega's, klanten, organisatie, team, vrienden en gezin. Ik ben ervan overtuigd dat je meer geluk en succes, betere prestaties, geïnspireerd teamwerk en significante resultaten zult behalen als je de principes uit dit boek toepast.

Hoewel deze fabel zich afspeelt in een zakelijke omgeving, wil ik benadrukken dat dit boek is geschreven voor iedereen. We zijn allemaal onderdeel van een team en elk lid van ons team – of het nu gaat om werk, sport, gezin, kerk of school – kan zijn voordeel doen met de tien simpele, krachtige regels die in dit boek worden beschreven. Positieve mensen en positieve teams brengen tenslotte positieve resultaten voort en het cruciale ingrediënt hierbij is positieve energie.