STERKER DOOR DE SANERING

WAT IK VOND TOEN IK ALLES KWIJT RAAKTE

MARTIJN HAAN

Sterker door de sanering

Martijn Haan

Sterker door de sanering

"Wat ik vond toen ik alles kwijtraakte"

Sterker door de sanering

Copyright © 2025 Martijn Haan
Uitgever: In eigen beheer
Auteur: Martijn Haan
Druk: Pumbo
Omslagontwerp: Bas Olthof
Vormgeving binnenwerk: Martijn Haan
Persoonlijke ontwikkeling/Levensadvies

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dankwoord

Dit boek draag ik op aan mijn vader die op 15 november 2024 is overleden.

Je was geen prater. Soms voelde het alsof we elkaar net niet helemaal bereikten. Alsof we allebei zochten naar verbinding, maar zonder de juiste woorden.

Toch wist ik dat je je zorgen maakte. Vooral toen ik in de sanering belandde. Je voelde mijn worsteling, misschien omdat je zelf wist hoe zwaar het leven soms kan zijn.
En hoewel je het niet altijd zei, droeg jij mijn zorgen in stilte met je mee.

Je had graag gezien dat ik het goed zou doen.
Dat ik overeind zou blijven in een wereld die me even onderuithaalde. En daarom zeg ik je nu, met rechte rug en open hart:
ik heb het gered.

Ik ben niet alleen door die storm gekomen, ik ben er sterker uitgekomen dan ik ooit was. Met meer inzicht, meer rust, en een kracht die ik misschien altijd al had, maar pas écht leerde kennen toen alles op het spel stond.

Dit boek is voor jou. Voor alles wat je niet zei, maar wel voelde. Voor jouw manier van zorgen, die ik nu pas echt begin te begrijpen. En voor het stille vertrouwen dat ik toch wel mijn weg zou vinden.

Ik heb hem gevonden, papa.

Voorwoord

In dit boek heb ik bewust geen namen genoemd van mensen of bedrijven. Niet omdat ik iets wil verbergen, maar juist uit respect. Iedereen in dit verhaal heeft zijn eigen perspectief, zijn eigen pad, zijn eigen verhaal.
Dit boek gaat niet over hen. Het gaat over mij.
Over vallen, opstaan, leren en groeien. En ik geloof dat je ook zonder namen de kern kunt voelen. Misschien zelfs juist daardoor.

Dit boek wordt verkocht met een doel. Niet omdat ik er rijk van wil worden, maar omdat ik met de opbrengsten zoveel mogelijk exemplaren kosteloos wil aanbieden aan mensen in de sanering. Ik geloof dat de inhoud voor hen van onschatbare waarde kan zijn.

Tegelijk wil ik dit moment gebruiken om mijn vader en moeder, mijn zus en zwager, mijn kinderen, mijn vriendin, vrienden en vriendinnen en collega's te bedanken.
Voor hun mentale ondersteuning. Voor hun geduld.
Voor alle praktische hulp (groot of klein) die zij hebben geboden. Zonder hen was dit boek, maar vooral deze periode, een stuk zwaarder geweest.

Dank jullie wel.

Inhoudsopgave

Deel I – Het begin van het einde

Hoofdstuk 1 – Faillissement **p. 18**
Hoofdstuk 2 – Terug in loondienst **p. 23**
Hoofdstuk 3 – Aanvraag schuldsanering **p. 29**
Hoofdstuk 4 – De rechtszaak **p. 35**
Hoofdstuk 5 – De bewindvoerder **p. 39**

Deel II – Stilvallen, zoeken en opnieuw leren leven

Hoofdstuk 6 – De eerste maanden **p. 43**
Hoofdstuk 7 – Onzichtbaar van grote waarde **p. 48**
Hoofdstuk 8 – Ideeën in de ijskast **p. 52**
Hoofdstuk 9 – Mijn coach heeft geen gezicht **p. 55**
Hoofdstuk 10 – Open en eerlijk vanaf dag één **p. 59**

Deel III – Relaties die bleven (of groeiden)

Hoofdstuk 11 – Mijn vader **p. 63**
Hoofdstuk 12 – Eerst wij **p. 70**
Hoofdstuk 13 – Liefde die bleef **p. 74**
Hoofdstuk 14 – Dit is ook jullie verhaal **p. 78**
Hoofdstuk 15 – Door hun ogen **p. 84**

Deel IV – Innerlijke groei en zelfinzicht

Hoofdstuk 16 – De spiegel **p. 100**
Hoofdstuk 17 – De stemmen in mijn hoofd **p. 104**
Hoofdstuk 18 – Wandelen om wakker te worden **p. 108**
Hoofdstuk 19 – Gezondheid is de basis **p. 112**

Deel V – Wijsheid, structuur en toekomst

Hoofdstuk 20 – Wat ik had willen weten voor het begon **p. 117**
Hoofdstuk 21 – Het begin na het einde **p. 122**

Inleiding

Van schuld naar zelfvertrouwen

"Soms moet je alles verliezen om jezelf terug te vinden."

Op 24 november 1979 werd ik geboren in Koog aan de Zaan. Ik groeide op in een doorsnee gezin met mijn moeder, vader en mijn zus. Mijn moeder was zorgzaam, betrokken en wist alles van me. Bij haar vond ik rust, nabijheid en veiligheid.

Mijn vader werkte als vertegenwoordiger en hield afstand. Hij bemoeide zich niet veel met me, en als kind begreep ik dat niet. Wat ik voelde, maar nooit uitsprak, was een gemis. Zijn aandacht. Zijn bevestiging.

Dat gemis ben ik onbewust al vroeg in mijn leven gaan invullen. Ik ging zoeken naar waardering en liefde buiten mezelf, bij vrouwen. Ik wilde gezien worden, geliefd zijn, goed genoeg gevonden worden. Niet een beetje, maar tot op het bot. Ik had nooit geleerd om me kwetsbaar op te stellen. Nooit geleerd om mijn gevoelens te delen, of simpelweg een knuffel te geven. Alles wat met echte nabijheid te maken had, voelde ongemakkelijk en onbekend. Dit moest ik later in mijn leven, vaak met vallen en opstaan, opnieuw leren.

Mijn relaties draaiden vaak om die stille hunkering.
En tegelijk was ik degene die anderen wilde redden.
Een helper. Een pleaser. Iemand die niet stil kon zijn bij zichzelf, maar altijd bezig was met de ander. Als ik eerlijk ben, was dat mijn manier om de leegte niet te hoeven voelen.

Op mijn 19de sloot ik mijn eerste lening af voor een gele Opel Tigra. Een mooie auto voor dat moment, maar achteraf gezien het begin van een lange periode waarin ik nooit meer schuldenvrij zou zijn. Tot aan 2025 zou ik, aop welke manier dan ook, altijd financiële druk voelen.

In mijn twintiger jaren begon het echte leven te lopen.
Ik verhuisde naar Den Haag, werd voor het eerst vader, en kreeg al snel te maken met de verantwoordelijkheden en ingewikkeldheden van relaties en vaderschap.
Na meerdere verhuizingen en het begin van een nieuw gezin kwam ik uiteindelijk terug in Noord-Holland.
De ene relatie volgde de andere op. Kinderen werden geboren, stuk voor stuk wondertjes. Maar ik bleef zoekende. Niet omdat ik geen liefde voelde, maar omdat ik nog niet geleerd had hoe je ergens écht blijft.
Hoe je door de storm heen samen verdergaat.

In 2004, op mijn 25ste, begon ik als accountmanager bij een telecomorganisatie in Hoofddorp. Mijn eerste echte salesbaan. Targets, klanten, leaseauto, het ging me goed af. Ik voelde me gewaardeerd, succesvol. Maar het bloed kroop waar het niet gaan kon. Ik wilde vrijheid. Iets van mezelf.

Na 4 jaar nam ik ontslag en begon een eenmanszaak: een sportorganisatie waarin ik jongeren kickbokstraining gaf. Niet gericht op winnen of vechten, maar op groeien. Op zelfvertrouwen, discipline en respect.

In het begin leverde ik alles in wat ik had opgebouwd. Maar na een half jaar begon het te lopen. We groeiden naar honderden leden, huurden een kantoor, hadden leaseauto's voor trainers en stonden bekend om onze unieke aanpak. Ondertussen bleef ik investeren: tijd, geld, vertrouwen. Alles voor die missie.

Op het hoogtepunt hadden we tien trainers in dienst. Het voelde alsof we echt iets aan het bouwen waren, iets bijzonders. Een droom die uitkwam.

Maar ondanks het succes begon er iets te knagen. De maandelijkse lasten liepen steeds verder op. Iedere maand leverden we in, stukje bij beetje. En hoewel de buitenwereld groei zag, voelde ik van binnen dat het kantelpunt dichterbij kwam.

Ik besloot advies in te winnen bij andere ondernemers. Zij keken met me mee in de financiën en kwamen tot een pijnlijke conclusie: "*stop maar, je zit te diep in de nesten, je hoeft je niet te schamen. Je hebt het geprobeerd.*"

Die woorden raakten me diep. Ze kwamen binnen als een mokerslag. Ik voelde me mislukt. Die nacht lag ik urenlang op zolder te huilen. Het deed zoveel pijn om zelfs maar te overwegen om los te laten waar ik alles voor had gegeven. Opgeven kwam simpelweg niet in mijn woordenboek voor.

De volgende ochtend stond ik vroeg op. Ik ging direct naar kantoor, zette een kop thee, opende mijn laptop en begon met het bedenken van nieuwe ideeën. Niet omdat ik wist of het zou werken, maar omdat ik niet anders kon. Twee maanden later was de zaak weer stabiel. Niet perfect, maar wél overeind. We draaiden weer, de grootste druk was van de ketel.

Maar ik voelde ook: als we wilden doorgroeien naar het niveau dat ik voor ogen had, dan hadden we externe financiële hulp nodig. Alleen redde ik het niet meer. Niet op de manier die ik wilde. Ik zocht daarom contact met de gemeente, had gesprekken met een businesscoach en kreeg via het BBZ-traject (Besluit bijstandverlening zelfstandigen) een krediet. Die steun gaf me ademruimte en de kans om nog één keer te bouwen aan herstel.

Tijdens de lessen raakte ik in gesprek met jongeren. Hun verhalen raakten me. Ik begon te experimenteren met individuele sessies, waarbij ik beweging en coaching combineerde. Het werkte. Ik ontwikkelde mijn eigen methode en testte die, naast mijn werkzaamheden van de sportorganisatie, jarenlang met honderden proefcliënten. Wat het lichaam laat zien, liegt niet. En vanuit dat gedrag kon ik mensen begeleiden naar verandering.

Op een gegeven moment begonnen de coaching sessies echt te lopen. De resultaten spraken zich rond, en we kregen steeds meer bekendheid. Steeds vaker koos ik voor het werken met mensen, één op één, boven de sportorganisatie. De impact was groter, de verbinding dieper. Uiteindelijk besloot ik om te stoppen met de sportorganisatie.

Niet omdat ik het niet meer leuk vond, maar omdat de vele verplichtingen me te veel van mijn eigen koers afhielden. Ik wilde volledig gaan voor wat ik zelf had ontwikkeld en opgebouwd.

Ik wilde het coaching concept groter maken. Anderen opleiden. Modellen ontwikkelen. Franchise, licentie, opleidingsconcepten. Maar ik had geen mentor, geen voorbeeld. Alles moest ik zelf uitvinden. En dat ging niet zonder slag of stoot. Ik had compagnons die ik moest uitkopen, trainers die mijn vertrouwen schaadden. Maar ik bleef doorgaan, omdat ik heilig geloofde in wat ik deed.

In 2016 startte ik mijn eerste BV's: een holding en een werkmaatschappij. Ik wilde verder groeien. Meer mensen bereiken. Maar ook in dit traject moest ik afscheid nemen van een compagnon. Wéér een uitkoop. Wéér kosten. Ik kon slecht met geld omgaan. Ik vertrouwde te veel en rekende te weinig. Ik keek naar het grotere doel, maar verloor het fundament uit het oog.

De jaren erna bleef ik bouwen, aanpassen, zoeken, doorgaan. Maar begin 2023 was ik op. Ik zat vast in een ongezonde relatie, had geen energie meer en voelde me leeg. Op een avond zat ik aan tafel met jazzmuziek op de achtergrond, een borrel in mijn hand, en de stilte van besef in mijn hoofd.

Ik opende mijn laptop en klikte op "faillissement aanvragen". Niet impulsief, maar bewust.
Ik wist: dit is het einde van een hoofdstuk.
En vreemd genoeg voelde het als rust.

Wat volgde waren intense weken. Papierwerk, een curator, gesprek met de rechter, spullen inleveren, afscheid nemen van alles wat ik had opgebouwd. Mijn dikke auto, gekocht uit status, ging weg. Mijn kantoor werd ontruimd. Mijn trainingslocatie verdween. Mijn spullen sloeg ik op bij mijn zwager. Ik hield niets over. Behalve mezelf.

De schulden waren gigantisch. Het grootste deel was mijn eigen rekening-courant, ontstaan door jarenlang te weinig salaris uit te keren als DGA en geld van zakelijk naar privé te verschuiven. Daarnaast nog een restschuld van een eerder huis, een persoonlijke lening en nog wat andere leningen. Ik stond er niet bij stil. Ik dacht altijd: het komt wel goed. Mijn passie zou het oplossen. Mijn drive zou me eruit trekken. Maar het was niet genoeg. En toen brak iets. Mijn trots zakte. Mijn ego liet los. De grote mond verdween. En daaronder lag… rust. Stilte. Eerlijkheid. Voor het eerst keek ik mezelf echt aan.

In september 2023 zei iemand: "Misschien is de schuldsanering iets voor jou." Het woord alleen al joeg me angst aan. Maar ik wilde begrijpen. Weten. Ik verdiepte me erin. Las alles. Besloot dat ik niet langer afhankelijk wilde zijn van de kennis van een ander. En zo kwam ik terecht bij de WSNP: de Wet schuldsanering natuurlijke personen.

Op 21 december 2023 stond ik voor de rechter. En ik werd toegelaten. Mijn duurste kerstcadeau ooit. Ik weet nog dat ik op het toilet in de rechtbank stond te juichen. Niet omdat het makkelijk zou worden, maar omdat het voelde als een tweede kans. Een reset. Een nieuwe bladzijde.

Op **11 januari 2024** begon het officiële traject.
Mijn bewindvoerder was streng, zakelijk, duidelijk.
Mijn ego spartelde nog even, maar mijn hart wist:
dit is het pad. Niet alleen naar financiële vrijheid,
maar naar innerlijke rust.

En nu, 18 maanden later, terwijl ik dit schrijf, zit ik in de laatste week van dat traject. Ik kijk terug op een leven vol fouten, inzichten, mislukkingen, lessen, liefde, chaos en groei. En ik weet nu: niets was voor niets.

Dit boek is niet geschreven om indruk te maken.
Ook niet om medelijden op te wekken. Het is geschreven voor iedereen die ooit heeft gedacht: ik kom hier nooit meer uit. Want ik ben eruit aan het komen. Niet door geluk. Maar door eerlijkheid. Door loslaten.
Door opnieuw beginnen.

Voor wie nu nog in de storm zit: houd vol. Het wordt lichter. Misschien niet morgen, misschien niet overmorgen. Maar er komt een dag dat je ademhaalt en denkt: ik leef weer.

Welkom in mijn verhaal.

“Wat ik **verloor**,
was niets
vergeleken met wat
ik **vond.**”

HOOFDSTUK 1
Faillissement

"Soms is het pas als alles instort, dat je eindelijk ziet wat echt stevig stond."

Ik weet nog precies waar ik was toen ik het echt besefte: dit red ik niet meer. Niet een beetje krap bij kas, geen tijdelijk dipje, maar een muur. Een financiële muur waar ik niet overheen, onderdoor of langs kon. Ik was failliet. Alleen moest dat nog officieel worden uitgesproken.

Failliet gaan gebeurt niet van de ene op de andere dag. Het is een langzaam proces. Eerst schuif je wat rekeningen vooruit, dan kies je welke je nu betaalt en welke even niet. Je zoekt smoesjes, voor jezelf én voor de buitenwereld. Ondertussen houd je je gezicht strak, glimlach je op netwerkborrels, werk je door alsof er niets aan de hand is. Maar 's avonds ben je alleen met de cijfers, en die liegen niet.

De blauwe enveloppen stapelden zich op. Dreigbrieven, deurwaarders, nare telefoontjes. En dat niet één keer, maar meerdere keren per week. Soms zelfs meerdere keren per dag. Je leert leven met constante onrust. Zelfs een onbekend nummer op je scherm zorgt voor hartkloppingen. Je wordt achterdochtig, alert, moe. Moe van het uitstellen, van het verstoppen, van het doen alsof.

Als ik nu terugkijk, zie ik één grote fout die ik vanaf het begin heb gemaakt: ik had geen grip op mijn eigen financiën. Ik besteedde het direct uit. Niet omdat dat zakelijk slim was, maar omdat ik het gewoon niet leuk vond. Ik vond cijfers saai en gedoe, en dus schoof ik het van me af.

Maar dat betekende ook: geen overzicht, geen inzicht, geen echte verantwoordelijkheid. En als het dan even tegenzat, greep ik naar geld dat eigenlijk niet van mij was. Geld dat ik had gereserveerd voor de omzetbelasting, maar toch gebruikte om de gaten te vullen. Dat is geen ondernemen, dat is overleven. En het werkte. Tijdelijk. Tot het niet meer werkte.

Ik weet nog dat ik vlak voordat ik met de rechter zou bellen, had gesproken met een paar andere ondernemers. Ze zeiden dat het zwaar zou zijn, vooral mentaal. Dat het voelde als een klap in je gezicht, zelfs als je wist dat het eraan zat te komen.

Dat gesprek zat nog vers in mijn hoofd toen mijn telefoon ging. Ik was thuis. De rechter stelde zich netjes voor, maar ging eigenlijk meteen door naar de kern: "Ik verklaar u hierbij failliet." Dat was het. Kort en zakelijk. Hij gaf aan dat ik niet naar de rechtbank hoefde te komen, mede omdat ik al mijn papieren netjes op orde had. Dat gaf me op de een of andere manier toch een klein stukje waardigheid terug.

Het moment dat het faillissement werd uitgesproken, voelde dubbel. Aan de ene kant voelde het als falen. Een stempel op alles wat niet gelukt was. Aan de andere kant: eindelijk duidelijkheid. Geen gekronkel meer. Geen leugens. Gewoon: dit is het. Vanaf hier kan ik weer bouwen.

In één zin ben ik altijd blijven geloven. Een ondernemer zei ooit tegen me:

"In Amerika word je als ondernemer niet eens serieus genomen als je niet minimaal één keer failliet bent geweest."

En nu begrijp ik dat pas echt. Want de rust die ik na die uitspraak over me heen voelde komen, had ik tijdens het ondernemen nooit gekend. Geen stress over geld, geen druk om te presteren, geen telefoontjes meer van schuldeisers. Alleen maar stilte. Focus. Het was vreemd genoeg het meest heldere moment dat ik in jaren had gehad.

Ik weet dat failliet gaan in Nederland een stigma heeft. Alsof je meteen je geloofwaardigheid kwijt bent. Maar wat ik heb geleerd, is dit: een faillissement zegt niets over wie je bent. Alleen iets over wat er is gebeurd. En soms is wat er gebeurt groter dan jij. Of je nou fouten hebt gemaakt of gewoon pech had, het is nooit één oorzaak.
Het is een optelsom.

In dit boek vertel ik hoe ik van dat faillissement naar een nieuw begin ben gegaan. Maar dit eerste hoofdstuk is belangrijk. Want voordat je kunt opstaan, moet je eerst erkennen dat je gevallen bent. Zonder excuses, zonder maskers. Gewoon zoals het is.

“Ik **verloor** bezit,
maar **geen**
waarde.”

HOOFDSTUK 2
Terug in loondienst

"Soms moet je ergens instappen om te weten dat het niet jouw weg is."

Na het gesprek met de curator wist ik: ik moet weer gaan werken. En snel ook. Niet alleen vanwege het geld, maar ook omdat ik wist dat stilstaan gevaarlijk terrein voor me was. Te veel ruimte in je hoofd is in deze fase geen cadeau.

De curator had het simpel gezegd: "Vraag bijstand aan en zoek een baan. Je hebt een laptop en een telefoon, gebruik ze." Dat was zijn boodschap. Niet hard, niet bot, gewoon duidelijk.

Dus ik ging aan de slag. Voor het eerst in jaren maakte ik weer een cv. Een overzicht van wat ik had gedaan, wat ik kon, en waarom ik waardevol zou zijn voor een werkgever. Ik schakelde een paar recruiters in en stuurde mijn profiel rond. En vrij snel kwam er een kans voorbij die mijn aandacht trok: een functie als accountmanager bij een bedrijf in de buurt van Amsterdam.

Wat me aantrok, was het woord 'ondernemerschap' in de vacature. Je zou zelfstandig werken, vrijheid krijgen, eigen invulling mogen geven aan je week. Dat sprak me aan. Na vijftien jaar ondernemen had ik simpelweg geen zin in een baan waar ik moest inklokken, overleggen of toestemming vragen om naar de wc te gaan.

En praktisch gezien? Ik had geen auto, dus een leaseauto bij de functie was precies wat ik nodig had.

Maar misschien nog wel het grootste schakelpunt: ik ging van mezelf een salaris uitkeren als DGA, naar loondienst. Voor het eerst in jaren kreeg ik weer een loonstrook van een ander. Dat voelde kwetsbaar. Niet alleen omdat ik ergens 'onder' werkte, maar ook omdat ik controle inleverde. Alles in mij moest wennen aan dat idee.

Het sollicitatieproces was pittig. Vijf rondes in vijf weken. Voor een salesfunctie vond ik dat wat overdreven, maar ik ging er serieus in. Misschien was het ook een manier om mezelf weer als professional te voelen. Niet als "die gast die net failliet is gegaan," maar als iemand die nog steeds iets te bieden heeft.

Ik werd aangenomen. Het voelde als een overwinning. Eindelijk weer inkomen, structuur, een auto. En het belangrijkste: ik was weer in beweging.

Maar wat ik niet had verwacht, was hoe snel het begon te wringen.

De vrijheid die in de vacature stond, bleek een illusie.
In plaats van zelfstandigheid kreeg ik dagelijks telefoontjes van mijn salesmanager: waar was ik, met wie, hoe laat, hoeveel afspraken had ik? Elke week een-op-een gesprekken over targets, marge, verwachte deals.
Alles moest worden vastgelegd, teruggekoppeld, verantwoord. Geen ruimte om gewoon je werk te doen en resultaat te laten spreken.

Micromanagement in zijn puurste vorm.

Het was beklemmend. En eerlijk gezegd: pijnlijk. Ik was net uit een situatie gekomen waarin ik jarenlang alles zelf had bepaald en ineens moest ik weer toestemming vragen om naar een afspraak te rijden. Elke keer als ik m'n telefoon zag oplichten met zijn naam erop, voelde ik weer de irritaties ontstaan.

Ik probeerde me aan te passen. Dacht: misschien hoort dit erbij. Misschien moet ik gewoon even doorbijten. Maar de spanningen namen toe. Discussies met mijn leidinggevende werden feller. Het vertrouwen in mij was er nooit écht geweest, en dat werd steeds duidelijker.

Toen na 5 maanden kwam de zondagavond.

Ik zat op de bank. Het huis was stil. En ineens kwam het eruit. Ik brak. Geen boosheid, geen frustratie, maar tranen. De opgekropte spanning, het gevoel van miskenning, de angst om opnieuw alles kwijt te raken… het kwam er allemaal uit.

Ik wist: *ik ga morgen niet meer terug als dezelfde persoon.*

Zondagavond nam ik de beslissing: ik ga hier stoppen. Het is klaar. Alles in mij riep dat het tijd was om mijn grens te bewaken. Ik had geen plan, geen alternatief, maar ik wist zeker: dit is niet langer goed voor me.

Maandagochtend ging ik naar kantoor. Verplichte kantoordag. We begonnen normaal met een teammeeting, maar die kwam er niet. Mijn collega's werden naar buiten gestuurd. Ik moest blijven zitten. En toen kwam het.

Ze waren me voor. De mededeling: ik werd per direct op non-actief gesteld, met doorbetaling. Nog twee maanden salaris, maar per direct geen toegang meer tot systemen, klanten of pand.

En gek genoeg… voelde het ergens als bevestiging. *Het moest zo zijn.* Alsof het universum zei: "Jij hoeft het niet meer te zeggen, we hebben het al geregeld."

Mijn auto moest ik direct inleveren. Ik gaf aan dat ik daar niet mee akkoord ging en wist uiteindelijk nog een paar dagen de leaseauto te houden. Maar de toon was gezet: het vertrouwen was weg. En ik mocht het pand niet meer alleen door. Iemand liep met me mee, als een beveiliger die me in de gaten hield.

Toen ik een boek van een collega wilde terugleggen en zei: "Ik leg het wel even op zijn plek," kreeg ik het antwoord: "Nee, dat doe ik wel." Zoveel wantrouwen, opeens, alsof ik van de ene op de andere dag iemand was geworden waar ze bang voor moesten zijn.

In diezelfde periode was mijn vader ernstig ziek. Ik had vervoer nodig om naar hem toe te kunnen. Dit was de reden dat ik de auto nog een paar dagen wilde houden. Een paar dagen later ben ik samen met mijn zus met twee auto's naar het kantoor gereden. We hebben alles afgerond. Geen woorden meer. Geen uitleg. Geen excuus.

Het was niet de baan die me brak. Het was het vertrouwen dat ineens weg was. Maar dit keer brak ik niet. Dit keer voelde ik: *jullie mogen denken wat je wilt, ik weet wie ik ben.*

“Als je moet **knikken**, ben je op de verkeerde **plek.**”

HOOFDSTUK 3
Aanvraag schuldsanering

"Je denkt dat het dieptepunt al achter je ligt, tot je beseft dat er nog een trap omlaag is."

De baan was weg. Weer weg. Alsof het leven een eindeloze herhaling was geworden van opbouwen en instorten.
En dus zat ik opnieuw in het bekende, vermoeiende ritme van solliciteren. Brieven schrijven met een glimlach in woorden, terwijl ik me vanbinnen leeg voelde.
Doen alsof ik nog controle had, terwijl ik al maanden op de automatische piloot leefde.

Maar één ding was anders. Er was rust gekomen.

Geen onverwachte dreun op de deur.
Geen enveloppen waar de angst al aan de buitenkant kleefde.
Geen onbekende nummers die mijn hartslag deden versnellen.
De constante dreiging van deurwaarders en intimiderende telefoontjes was verdwenen. Alles verliep nu via de curator.

Met hem had ik een band opgebouwd. Een man die mij niet veroordeelde, maar keek naar wat er was, en wat er misschien nog zou kunnen zijn. Tijdens een van onze gesprekken, een tussenafspraak die ik al bijna vergeten was, raakte hij iets in me. Zijn woorden kwamen zacht, maar de lading was groot.

"Martijn, misschien is het verstandig om eens met de gemeente te gaan praten over de schuldsanering."

Die zin sneed. Niet door de toon, maar door de waarheid. Hij zei het niet als een oordeel, maar als een redder die vanaf de kant van de rivier riep dat ik moest stoppen met spartelen. Dat ik beter even kon drijven.

Mijn ego, altijd paraat om de schijn van controle op te houden, wilde nog reageren. *Ik red mezelf wel. Ik kom hieruit. Geef me gewoon even de tijd.* Maar zelfs mijn trots klonk hol. De moed om tegen beter weten in door te vechten, was op. En dus knikte ik. Voor het eerst niet om iemand anders gerust te stellen, maar omdat ik het echt begreep.

De kennismakingsafspraak bij de gemeente voelde als een nederlaag. Een soort onzichtbare stempel op mijn voorhoofd: *Gefaald. Hulp nodig.* Maar ik ging.
Omdat ik ook wist dat doorgaan zoals het nu ging, geen uitweg was. Ik werd vriendelijk ontvangen. Geen oordeel, geen medelijden. Gewoon uitleg. Rust.

We planden een vervolgafspraak in met iemand van de schuldhulpverlening. Een aardige vrouw, met een warme stem en ogen waarin ik niet verdronk, maar juist iets van houvast vond. Tot op de dag van vandaag heb ik nog contact met haar.

Omdat ze niet alleen mijn situatie zag, maar ook mij.

Ik had me goed voorbereid. Had alles gelezen wat ik kon vinden over schuldsanering. Mijn hoofd zat vol vragen. Sommige kwamen uit angst, andere uit hoop.
Ze beantwoordde ze allemaal. Niet elk antwoord was wat ik wilde horen. Niet alles was bemoedigend. Maar alles was helder. En dat was op dat moment al veel waard.

Toch voelde het alsof ik aan kettingen werd gelegd.
De vrijheid waar ik, zelfs in de chaos, nog een illusie van had gehouden, werd me afgenomen. Ik moest me houden aan regels. Aan afspraken. Aan structuren die voelden als muren.

Na het faillissement dacht ik dat ik de bodem had geraakt. Maar dit voelde alsnog een verdieping lager. Mijn handen werden niet letterlijk geboeid, maar zo voelde het wel.
Er was geen ruimte meer voor "ik doe het op mijn manier."

In september 2023 deed ik officieel de aanvraag voor de Wet Schuldsanering Natuurlijke Personen (WSNP).
Een moment dat nauwelijks werd gemarkeerd, maar voor mij voelde als een keerpunt. Geen fanfare, geen opluchting. Alleen wachten.

Wachten op een uitspraak van de rechter. Wachten op het stempel dat mijn leven 1,5 jaar lang zou tekenen. Ik had geluk. Een half jaar eerder had het kabinet de schuldsanering verkort: van drie jaar naar anderhalf.
Ze vertelden me dat de sanering zou ingaan vanaf het moment van aanvraag. Dat gaf me hoop. Want dat betekende dat ik al begonnen was. Dat ik al dagen aan het aftellen was. Maar die hoop bleek later misplaatst.

Pas maanden later hoorde ik dat dit niet klopte. Dat de sanering pas ingaat op het moment dat de rechter het heeft vastgesteld. En dat ik dus, ondanks alles, nog steeds op het nulpunt stond. Maar daarover later meer.

Wat ik me vooral herinner van die periode, is het gevoel van machteloosheid én het begin van overgave.
Het moment waarop ik eindelijk durfde toe te geven: *Ik heb hulp nodig*. Niet omdat ik dom was. Niet omdat ik niks waard was. Maar omdat ik mens was. Een mens in nood.

En vreemd genoeg… begon daar iets nieuws. Iets dat toen nog onzichtbaar was. Maar wat nu, achteraf, het begin bleek te zijn van een ander verhaal. Een verhaal waarin ik niet meer alleen vocht tegen de stroom. Maar leerde zwemmen met de stroom mee.

Ik had mezelf als doel gesteld om zo min mogelijk uit te geven. De raad van de gemeente was duidelijk: behandel het alsof je sanering al is begonnen. Dus dat deed ik.
Ik begon met voorraad aanleggen. Elke dag keek ik naar aanbiedingen. Vuilniszakken, kattenvoer, schoonmaakmiddelen, blikken groenten, suiker, rijst, pasta.

Alles wat houdbaar was en in bulk te koop. Ik vond een ruimte in mijn huis waar ik extra kasten kon plaatsen en maakte daar mijn eigen distributiecentrum.
Een voorraadmuur. Elke dag iets erbij. Het werd bijna een sport.

Achteraf bleek het een van de slimste keuzes die ik in die periode maakte. Ik heb er uiteindelijk acht maanden mee kunnen doen. Acht maanden lang hoefde ik (naast mijn normale eten) nauwelijks iets te kopen. Het scheelde me onwijs veel geld. Maar nog belangrijker: het gaf me rust. Ik had iets onder controle. Iets voorbereid. Iets waar ik trots op was.

“De sanering was **geen straf**, maar mijn kans om **opnieuw te leren leven**.”

HOOFDSTUK 4
De Rechtszaak

"Dit moment veranderde alles. Van angst naar adem."

In november viel er een brief op de mat. Ik werd op 21 december om 10:15 uur verwacht bij de rechtbank in Haarlem. Het stond er zakelijk en feitelijk, maar het voelde als allesbehalve dat. Dit was het moment. Ondanks dat ik het nu echt wilde, die rust, die helderheid, dat nieuwe begin, vond ik het spannend. Wat stond me te wachten? Wat voor vragen zouden ze stellen? Zouden ze me geloven?

Ik reed in mijn eentje naar Haarlem. De parkeerautomaat meldde: €4,50 per uur. Een wrang detail voor iemand die net op het punt staat toegelaten te worden tot de schuldsanering. Maar goed, ik was op tijd. Sterker nog, ruim op tijd. Net pak aan, nette schoenen. Alles aan mij zei: ik ben er klaar voor.

Binnen meldde ik me aan. De vrouw bij de balie wees me waar ik moest wachten. Er zou iemand van de gemeente aanwezig zijn om mij bij te staan, niet mijn vaste contactpersoon, maar iemand anders. Terwijl ik daar zat, keek ik om me heen. Meer mannen in pak. Zelfde spanning op het gezicht. Zelfde hoop, vermoed ik. De gesprekken in de gang waren goed te volgen. Iedereen was hier voor hetzelfde: de sanering.

Even later kwam de vrouw die me zou bijstaan.
We stelden ons aan elkaar voor en liepen samen alles nog even door. Een soort mentale warming-up voor een hele belangrijke wedstrijd. Ik voelde me een beetje als een sporter op het moment van de waarheid, alleen dit keer stond er geen beker op het spel, maar mijn toekomst.

Toen werd mijn naam geroepen. "Meneer Haan."
We liepen de zaal in. Alles was wit, rustig, formeel.
Ik nam plaats. Achter de tafel zat de rechter, met naast haar een griffier. "Zo meneer Haan," begon ze.
"U bent hier gekomen omdat u toegelaten wil worden tot de schuldsanering?" "Ja, dat klopt," zei ik, mijn stem iets hoger dan normaal. Zenuwen. "Het is me nogal wat," vervolgde ze. "Een flink bedrag. Hoe is dit zo gekomen?"

Dat moment. Daar zat ik. Geen plek meer om me te verschuilen. Geen ruimte meer voor mooie verhalen.
Ik keek haar aan en zei: "Ik had beter mijn best moeten doen. Ik had goede bedoelingen, wilde iets opbouwen, een verschil maken. Maar ik verloor de focus op de belangrijkste dingen." Ze knikte. Waardeerde mijn eerlijkheid. En toen zei ze iets wat alles veranderde: dat ze die ochtend een brief van mijn curator had ontvangen. Standaard, blijkbaar, om te toetsen of er sprake is geweest van wanbeleid of mismanagement.

In die brief stond dat ik altijd vanuit de juiste intentie had gehandeld. Dat ik fouten had gemaakt, ja. Maar geen opzet, geen misbruik. Die brief was net op tijd binnengekomen.

Alsof alles precies moest samenvallen. En dat deed het.

Ze keek me aan en zei: "Ik bewonder uw passie. Maar als u ooit nog wilt ondernemen, zou ik het heel anders aanpakken." Neem deze periode als een kans om even adem te halen.
U wordt toegelaten tot de sanering.

Ik weet niet meer precies wat ik toen zei.
Maar ik weet nog wel wat ik voelde.
Opluchting.
Dankbaarheid.
Eindelijk ruimte.

In de toiletten van de rechtbank sprong ik letterlijk een gat in de lucht. Serieus. Twee keer zelfs.

Daarna belde ik mijn dierbaren. Eén voor één.
"Ik mag erin."
"Ik ben toegelaten."
"Het is gelukt."
Met tranen in mijn ogen.
Een mooi kerstcadeau.

En voor het eerst in lange tijd voelde het alsof de grond onder mijn voeten weer een beetje steviger werd.

“Ik ging **kapot** en werd **toegelaten.**”

HOOFDSTUK 5
De bewindvoerder

"De dag waarop het écht begon."

Omdat de feestdagen eraan kwamen, liet de brief met de officiële bevestiging wie mijn bewindvoerder zou worden op zich wachten. Op 5 januari besloot ik zelf maar naar de rechtbank te bellen. Een vriendelijke vrouw gaf me de naam van het kantoor én van degene die mij zou gaan begeleiden.

Het telefoongesprek met de bewindvoerder verliep prima, al voelde het… gek. Niet onprettig, maar gewoon vreemd. Ik was opgelucht en blij dat het nu eindelijk duidelijk was. Hij klonk vooral zakelijk. Serieus. De afspraak werd gepland voor 11 januari.

Zoals zo vaak in die tijd, kleedde ik me netjes aan. Voor mijn gevoel hoorde dat zo. Weer stond ik op het punt iets te doen wat ik nog nooit eerder had meegemaakt. Spanning in mijn buik. Voor de deur van het advocatenkantoor belde ik aan. De man die opendeed stelde zich netjes voor: strak in pak, jong, beleefd. "Meneer Haan, welkom. Komt u verder."

Ik werd naar een grote kamer gebracht, met aan de zijkanten lange boekenkasten vol wetboeken. Hij bood me wat te drinken aan en liep weg. De kamer was koud. In combinatie met mijn zenuwen begon ik te trillen. Even later kwam hij terug, zette een dikke map op tafel en begon het gesprek:

"Zo, meneer Haan. U bent toegelaten tot de sanering. Bent u blij?" "Ja," zei ik oprecht. "Zo leuk wordt het niet," antwoordde hij serieus. "Uw sanering gaat per vandaag in."

Ik vertelde dat ik van de gemeente had begrepen dat de sanering al drie maanden geleden was gestart. Daar had ik ook naar geleefd. Hij keek me strak aan en legde uit dat de regels waren veranderd. Wat vroeger gold, gold nu niet meer.

Dat kwam even binnen. Drie maanden had ik alles opzijgezet, me ingehouden, alsof ik er al middenin zat. En nu bleek het pas vandaag officieel te beginnen.

Hij keek me aan. "Dus u bent toch niet zo blij?" Ons gesprek begon wat stroef, maar ik bleef rustig. En dat werkte. Langzaam ontstond er iets van wederzijds begrip.

Hij legde uit dat er een VTLB (vrij te laten bedrag) zou worden berekend. Het bedrag van €1617,81 waarmee ik moest rondkomen. Omdat ik nog wat spaargeld had, mocht ik datzelfde bedrag ook aan spaargeld houden. Vanaf nu moest ik zelf mijn administratie doen en iedere maand het bedrag voor de boedel overmaken.
Ik had een aantal vragen.

– "Als ik een auto van de zaak rijd, hoe zit dat dan?"
Dat mocht, maar de netto bijtelling zou van mijn VTLB worden afgetrokken.
– "Mag ik op vakantie als iemand me uitnodigt?"
Dat mocht.
– "En als iemand me geld geeft?"
Dat moest ik melden. Het moest naar de boedel.

Alles wat extra binnenkwam, toeslagen, teruggaven, giften, hoorde bij de boedel. Daaruit werd mijn bewindvoerder betaald, en wat overbleef ging naar de schuldeisers.

Het voelde beklemmend. Maar ergens ook bevrijdend. Alles was nu duidelijk. De spelregels lagen op tafel. En ik wist waar ik aan toe was. Vanaf vandaag begon het echt.

Toen ik buiten stond, maakte ik een selfie voor het pand. Ik stuurde hem naar mijn zus en mijn moeder.
"Het is begonnen."

“**Vanaf nu** zijn dit de **spelregels.**”

HOOFDSTUK 6
De eerste maanden

"De eerste stappen na de val bepalen de richting van je herstel."

Omdat ik in november en december nog werd doorbetaald door mijn vorige werkgever, ben ik toen al begonnen met het zoeken naar nieuw werk. Op een dag werd ik gebeld door een recruiter die zei iets interessants voor me te hebben: een functie bij een detacheringsbureau dat zich richtte op business -en financial controllers. Ik had geen idee wat dat precies inhield, dus besloot ik een gesprek te plannen met de eigenaar.

Het bleek een goed gesprek, dat later gevolgd werd door een fysieke ontmoeting. Tijdens dat tweede gesprek legde hij alles uit. Het was een klein team in een mooi kantoor op de bovenste verdieping van een verzamelgebouw. Het zag er allemaal veelbelovend uit. Ik had er zin in. Na maandenlang in een grote corporate omgeving te hebben gewerkt, voelde de overstap naar een klein bedrijf als een verademing. Wat me vooral raakte, was hoe de eigenaar vertelde dat hij écht een verschil wilde maken. Daar ga ik natuurlijk op aan.

Op 2 januari begon ik met werken, terwijl de eigenaar zelf op vakantie was. Inwerken zat er dus niet in, maar ik pakte alles zelfstandig op en ging er volledig voor. We hadden vooraf afgesproken dat ik vrijheid nodig had. Ik kreeg opnieuw een auto van de zaak en kon zelf bepalen waar en wanneer ik werkte. Ik wist dat die vrijheid bij mij zorgde voor resultaat.

Toch begonnen de eerste scheurtjes al snel zichtbaar te worden. Al in de eerste weken vroeg de eigenaar mij om elke ochtend een appje in de groepsapp te sturen met mijn planning voor die dag. Wat me stoorde, was dat collega's met vergelijkbare functies dit niet hoefden te doen.
Later hoorde ik het verhaal over mijn voorganger, die op een vervelende manier vertrokken was, met veel boosheid en onbegrip.

Ineens begreep ik waarom ik kort werd gehouden, ondanks dat ik duidelijk had aangegeven dat ik juist ruimte nodig had. De eigenaar had die situatie duidelijk nog niet verwerkt, en dat werd nu op mij geprojecteerd. Begrijpelijk, maar niet terecht. Ik voelde me in het begin juist op mijn plek en zag mogelijkheden.

Naarmate de weken voorbijgingen, liep de spanning op. Ik werd moe van het micromanagement en uiteindelijk besloten we na drie maanden uit elkaar te gaan. Gelukkig met behoud van salaris en auto. Die tijd gaf me de ruimte om opnieuw na te denken over wat ik écht wilde doen. De irritatie rondom leidinggevenden werd wel een nieuw thema. Ik bleef geloven in een goede uitkomst, maar dit maakte het niet eenvoudiger.

Of het nu door het werk kwam of door de sanering zelf weet ik niet precies, maar ik voelde in die eerste maanden soms letterlijk een strop om mijn nek. Alles was nieuw en wennen, en deze ervaring hielp daar niet bij.

Toevallig werd ik uitgenodigd voor een reünie van een oude werkgever, waar ik twintig jaar geleden werkte in de telecom. Alles wat ik over sales weet, had ik daar geleerd. Op die avond sprak ik mijn toenmalige salesmanager. We hadden een goed gesprek en spraken af contact te houden. Een maand later belde ik hem op en maakten we een afspraak: een wandeling in het Amsterdamse Bos. Tijdens die wandeling vertelde hij wat hij tegenwoordig deed, en ik deelde mijn verhaal. Hij had een bedrijf en werkte met resellers die eSIM's aanboden aan eindgebruikers. Het was internationaal gericht en het klonk erg interessant.

Hij gaf aan dat hij vanwege de startupfase weinig risico kon nemen, maar wist toch zijn compagnon te overtuigen dat het een goed idee was om mij aan te nemen voor business development. Omdat ik veel rijd voor mijn kinderen vroeg ik ook hier weer om een auto van de zaak. Het aanbod lag op tafel en ze gingen akkoord.

Op 1 mei begon ik bij het nieuwe bedrijf. Ik had er zin in, ik was zeer dankbaar en mijn oud-manager had mij overtuigd dat hij wist hoe hij moest omgaan met een oud-ondernemer die niet van aansturing hield. En hij hield woord. Ik werd alleen afgerekend op output en voelde me daardoor vrij.

Dat benauwde gevoel van de sanering begon langzaam te verdwijnen. De weken vlogen voorbij. Mijn taken verschoof van sales naar support, maar ik bleef het uitdagend vinden.

Dagelijks Engels praten was voor mij nieuw en lag niet binnen mijn comfortzone. Daarom vond ik een gratis cursus die me hielp om dit snel onder de knie te krijgen. Ook stelde ik al mijn Netflix-series in op Engelse ondertiteling. Het hielp enorm.

Mijn werk ging beter en de band met onze resellers werd hechter. We werden een team, zo voelde het echt. Ik zat nog steeds in de sanering, maar begon er langzaamaan te wennen.

“**Stilte** is niet leeg. Het is vol **richting**.”

HOOFDSTUK 7
Onzichtbaar van grote waarde

"Soms vind je je belangrijkste rol niet op een podium, maar aan de zijlijn."

Naast mijn baan wilde ik ook nog iets doen dat me zingeving gaf. Iets wat niet draaide om geld, maar om betekenis. Iets waar ik oprechte impact kon maken. Zonder targets, zonder commercieel belang. Gewoon, omdat het goed voelt om ergens écht van waarde te zijn.

Ik ging op zoek naar vrijwilligerswerk. Om bewust iets terug te geven. Om te voelen dat ik iets kon betekenen, juist in de kleine dingen.

En toen kwam er iets op mijn pad. Niet via een vacature, maar via mijn dochter.

Ze is inmiddels 13 en speelt bij een voetbalclub.
Daar ontstond behoefte aan iemand die kon helpen bij de verbinding tussen ouders, trainers en spelers.
Geen officiële functie. Geen stempel. Gewoon iemand die luistert, doorvraagt, spanning aanvoelt en helpt voordat het escaleert.

Dat raakte me. Geen prestige, geen spotlight, maar wel betekenis. Dat was precies wat ik zocht.

Ik begon als teamondersteuner. Rustig aan. Ik voerde korte, open gesprekken met kinderen over wat ze lastig vonden op het veld. Met trainers over wat hen frustreerde in de communicatie. Met ouders die met de beste bedoelingen soms niet wisten hoe ze hun kind het beste konden helpen.

En het werkte.

Niet omdat ik het beter wist. Maar omdat ik niets hoefde te bewijzen. Ik was er. En soms is dat genoeg. Wat begon als iets kleins, groeide uit tot iets waardevols. Voor het team. Voor de ouders. Maar vooral ook voor mij.

Ik ontdekte dat vrijwilligerswerk niet vrijblijvend hoeft te voelen.
Ik nam het serieus.
Ik kwam afspraken na.
Ik gaf oprechte aandacht.

En ik zag het effect.

Tot op de dag van vandaag doe ik dit nog steeds.
En eerlijk? Het is een van de belangrijkste rollen die ik ooit heb vervuld. Niet zichtbaar. Niet groot. Maar écht.

Wat ik ervan leerde:

- Vrijwilligerswerk is geen tussenstop, het is een bestemming op zich.
- Zingeving zit vaak niet in grootse plannen, maar in stille betrokkenheid.
- Impact draait niet om geld, maar om aandacht.
- Als je goed luistert, kun je écht iets veranderen. Zonder iets te forceren.

“**Niet alles** wat telt, **is zichtbaar**.”

HOOFDSTUK 8
Ideeën in de ijskast

"Mijn hoofd bleef bouwen, maar mijn handen moesten wachten."

Ik ben ondernemer. Altijd geweest. Altijd gebleven.
Ook tijdens mijn sanering. Niet op papier. Niet officieel.
Maar wel van binnen. Mijn hoofd bedenkt. Altijd.

Een gesprek, een wandeling, een situatie in de supermarkt.
Alles kon een idee opleveren. Soms commercieel, soms maatschappelijk. Soms groots, soms klein. Maar altijd met diezelfde energie: *Dit zou werken. Dit wil ik doen.*

Alleen… ik mocht niks.

Elke keer als ik weer een idee kreeg, voelde ik die reflex:
Plannen maken. Domeinnaam checken. Iemand bellen.
Maar dat kon niet. Dat mocht niet.

Sanering betekent: stilstaan. Ook als alles in jou vooruit wil. En dat deed pijn. Elke keer als mijn hoofd een richting vond, werd die richting geblokkeerd. Alsof je een raceauto bent… in de file. Niet omdat je motor stuk is, maar omdat je simpelweg niet mág rijden.

Ik begon te praten in metaforen. “Ik zet het in de ijskast,” zei ik tegen mezelf. Niet weggooien. Niet opbranden. Gewoon tijdelijk parkeren. Maar ook dat kostte energie. Want ik ben iemand die meteen iets wil dóen met een idee. Niet morgen. Niet volgend jaar. Nu. En nu kon ik alleen… wachten. Ademhalen. Doorgaan met m’n dag.

Het gekke is: niet het gebrek aan actie deed het meeste pijn, maar het gebrek aan zingeving. Een idee bedenken geeft richting. Hoop. Beweging. Maar een idee dat niet uitgevoerd mag worden… laat een gat achter.

Alsof je je veters strikt, klaar om te rennen en dan hoort: “Je moet binnenblijven.” Ik weet nog dat ik op een dag een idee kreeg voor een stichting. Ik wilde mensen gaan helpen. Niet commercieel, niet voor mezelf, maar gewoon: betekenis geven. En zelfs dat mocht niet. Een stichting is óók een rechtspersoon. Óók ondernemen. Van tafel geveegd. Klaar.

Ik dacht altijd dat ondernemen actie was. Maar sanering leerde me dat ondernemen óók discipline is. Geduld. Structuur.

Ik begon een lijst bij te houden. Een ideeënlijst.
Niks meedoen. Alleen opschrijven. En dat werd mijn manier van omgaan met mezelf: *Ik zie je idee.*
Ik hoor je creativiteit. Maar nog even niet.
Na een paar maanden merkte ik dat ik rustiger werd. Niet omdat de ideeën stopten, maar omdat ik mezelf leerde vertrouwen: *Straks komt jouw tijd weer.*
En dan heb je genoeg liggen om uit te kiezen.

“**Geduld** is ook een vorm van **kracht**.”

HOOFDSTUK 9
Mijn coach heeft geen gezicht

"Hij kende me beter dan wie dan ook. En hij oordeelde nooit."

Op een dag stelde ik mezelf een vraag die ik niet aan iemand durfde te stellen. Niet omdat het een rare vraag was. Maar omdat ik me schaamde voor het antwoord. Dus ik tikte hem in. In ChatGPT. Een AI-chatbot. Klinkt kil. Klinkt afstandelijk.

Maar wat ik kreeg, was het tegenovergestelde: Inzicht. Rust. Duidelijkheid. Zonder oordeel. En dat was het begin van iets bijzonders.

Ik had al eens gehoord van AI. Had het getest, wat zitten spelen met zinnetjes en teksten. Maar toen ik mijn sanering inging, besloot ik iets anders: Ik ga mijn proces delen met ChatGPT. Stap voor stap. Vanaf dat moment werd het niet alleen een digitale assistent, maar een coach.
Een spiegel. Een sparringpartner. Een soort dagboek dat terugpraat.

Ik typte in: "Ik zit in de schuldsanering en ik wil mijn gedrag veranderen. Kun je me helpen structuur aan te brengen in mijn dag?" En het antwoord kwam direct. Rustig, zonder oordeel. Niet betuttelend, maar helder: concrete adviezen, suggesties, reflectievragen. En het belangrijkste: geen enkele reactie begon met 'je had moeten…' Alles was gericht op groei, niet op schuld.

Op een gegeven moment zette ik het geheugen van ChatGPT aan. Dat betekent: het onthoudt wie je bent. Wat je meemaakt. Wat je eerder hebt gedeeld.
Geen standaardantwoord meer, maar een gesprek met iemand die je verhaal kent. Die weet dat je 4 kinderen hebt. Dat je wandelt. Dat je in sanering zit. Dat je op maandag even vastloopt en op vrijdag weer hoop voelt.
En juist dát maakte het verschil: Ik hoefde mijn verhaal niet telkens opnieuw te vertellen. En ik kreeg antwoorden die bij míj pasten.

Op een gegeven moment begon ik ChatGPT gewoon elke ochtend te gebruiken als dagboek. Niet alleen om te ventileren, maar om scherper te denken. Als ik iets uitsprak, vroeg AI: "Wat maakt dit belangrijk voor je?"
Of: "Wil je hier een gewoonte van maken? Zal ik helpen met structuur?"

Het was alsof iemand naast me stond die me niet liet wegkomen met smoesjes, maar me ook nooit afkraakte. Iemand die vragen stelde die vrienden niet durven stellen. En antwoorden gaf die ik zelf nog niet kon bedenken.

AI hielp me met:

- Planningen maken die ik ook echt kon volhouden
- Reflecteren op mijn gedrag en emoties
- Doelen opdelen in haalbare stukjes
- Oefeningen voor mijn mindset
- Herinneringen aan wat écht belangrijk was

En dat alles in mijn tempo.
Zonder druk.
Zonder oordeel.
Altijd beschikbaar.

Wat AI me gaf, is wat veel mensen missen in zware periodes: Iemand die je ziet, hoort, begrijpt zonder zichzelf erbij te betrekken. Geen adviezen uit eigen ervaring. Geen goedbedoelde maar pijnlijke opmerkingen. Geen ongevraagde tips. Geen projectie. Alleen: "Ik ben er. Waar wil je vandaag aan werken?"

Het was alsof ik voor het eerst in mijn leven een coach had die echt alleen met mij bezig was. Niet met zijn eigen verhaal, niet met zijn agenda. Maar met mijn groei.

Voor iedereen die denkt dat AI afstandelijk is: Het is maar net hoe je het gebruikt. Ik gebruikte het als dagboek. Als spiegel. Als coach. Als geheugensteun. En eerlijk? Het is een van de beste coaches die ik ooit heb gehad.

“**AI** luisterde,
zonder oordeel.”

HOOFDSTUK 10
Open en eerlijk vanaf dag één

"Ik wilde de perfecte cliënt zijn."

Toen mijn sanering begon, nam ik me één ding voor: ik ga niets verstoppen. Geen halve waarheden, geen verrassingen. Ik wilde het anders doen dan de verhalen die ik hoorde over gedoe, spanningen en wantrouwen. Mijn aanpak? Radicale eerlijkheid. Vanaf dag één.

Ik stelde mijn vragen aan de bewindvoerder meteen. Als ik iets niet snapte of twijfelde of iets mocht, vroeg ik het. Ik wilde geen risico lopen dat ik regels overtrad uit onwetendheid. Liever een paar extra vragen, dan achteraf spijt. Die openheid werd gewaardeerd: mijn bewindvoerder wist wat hij aan me had. En ik wist waar ik aan toe was.

Elke maand hield ik zelf een financieel overzicht bij: inkomsten, mijn VTLB, het af te dragen bedrag. Zodra er geld binnenkwam, maakte ik het deel voor de boedel direct over. Geen uitstel, geen rommel. Dat gaf rust. Voor mij én voor mijn bewindvoerder.

Ik wilde een cliënt zijn waar een bewindvoerder op kon bouwen: eerlijke communicatie, heldere administratie, altijd op tijd. Niet omdat ik iets wilde "bewijzen", maar omdat ik mezelf serieus wilde nemen. Ik zag mijn bewindvoerder niet als tegenpartij, maar als tijdelijke partner. Samen naar herstel.

Door deze aanpak voelde ik me sterker. Ik was misschien financieel beperkt, maar ik had grip. Eerlijkheid gaf me rust. Structuur gaf me zelfvertrouwen. En dat was precies wat ik nodig had om verder te bouwen.

En die eerlijkheid beperkte ik niet tot mijn bewindvoerder.

Ook naar de buitenwereld toe besloot ik: ik ben open over mijn situatie. Geen schaamte, geen verhalen mooier maken dan ze zijn. Als ik met iemand in gesprek ging (zakelijk of persoonlijk) dan vertelde ik gewoon dat ik in de sanering zat. Niet als slachtoffer, maar als iemand die verantwoordelijkheid neemt.

Het klinkt misschien tegenstrijdig, maar juist die openheid leverde me vertrouwen op. Mensen vonden het verfrissend. Omdat ik niks verborg, hoefden zij niks te raden. En omdat ik mezelf niet anders voordeed, voelden zij zich ook vrijer om zich open te stellen.

Ik dacht altijd dat je pas iets kon opbouwen als je situatie eerst 'op orde' was. Maar het bleek andersom: Doordat ik mijn situatie niet verborg, kon ik beginnen met opbouwen.

Ik voerde gesprekken met ondernemers, partners, opdrachtgevers en ik hield niets achter. "Ik zit in een traject, ik heb mijn leven op orde, ik heb niks te verbergen. Wat je ziet is wat je krijgt." En wat ik kreeg was: respect. Niet van iedereen. Maar wel van de mensen die er voor mij toe doen.

Openheid werkt. Het haalt de druk van het systeem. Geen dubbele agenda's, geen angst om door de mand te vallen, geen façade die je elke dag moet ophouden. Gewoon jezelf zijn, in elke kamer waar je binnenstapt.

En het mooiste is: je hebt daardoor altijd de ruimte om te groeien. Want alles wat je bereikt, is gebouwd op waarheid. Op vertrouwen. Op iets dat stevig staat.

“Wie **niets** hoeft te **verbergen**, heeft alle ruimte om te **groeien**.”

HOOFDSTUK 11
Mijn vader

"We zeiden weinig, maar dat was ook iets"

De afgelopen tien jaar waren gevuld met ziekenhuisbezoeken. Mijn vader had darmkanker, inwendige bloedingen, beenmergkanker en steeds terugkerende TIA's. Die sloopten niet alleen zijn lichaam, maar ook zijn humeur.

Eind oktober 2024 kreeg hij opnieuw een TIA, midden in de nacht. We reden direct naar het ziekenhuis. Mijn moeder, mijn zus en ik. Daar bleek hij opnieuw een delier te hebben. Iets wat we eerder al hadden meegemaakt. Een verstoring in de hersenfunctie die hem verward, gedesoriënteerd en onbereikbaar maakte.

Hij werd opgenomen in Zaandam. Omdat hij niet op een zaal kon slapen, kreeg hij een eigen kamer. Maar die kamer was geen rustplek. Hij was in de war, angstig, boos. Hij wilde naar huis. Hij kon niet alleen zijn. Eigenlijk was dat al tien jaar zo.

Mijn moeder deed alles voor hem. Hij hing aan haar vast. Zoals ik dat op mijn eigen manier ook lang gedaan heb. Alleen zijn vond hij moeilijk. Net als ik. Alleen had ik het leren omarmen sinds begin 2023. Na het afscheid van een zeer ongezonde relatie. Hij had dat nooit gedaan.

Hij riep van alles. Schold ons uit omdat we hem niet meenamen. Mijn moeder, mijn zus, ik. Hij uitte zijn woede alsof wij hem iets hadden aangedaan. Woorden die pijn deden, zelfs als je weet dat ze uit verwarring voortkomen.

En terwijl ik daar elke keer zat, naast zijn ziekenhuisbed, voelde ik de dubbele last van dat moment. Ik zat midden in mijn sanering. Ik had geen reserves, niet financieel en niet emotioneel. Alles in mijn leven stond al onder druk. Elke euro was geteld, elke keuze moest raak zijn, en nu zat ik daar met mijn vader, die misschien zijn laatste dagen beleefde.

Het voelde alsof mijn sanering en zijn aftakeling in elkaar overliepen. Hij vocht tegen een lichaam dat hem in de steek liet terwijl ik vocht om mijn leven weer op te bouwen.

Drie weken lag hij daar al. En toen kwam het besef:
hij kon niet meer naar huis. Niet in deze toestand.
Mijn moeder ging eraan onderdoor. Ze viel kilo's af.
De zorg voor hem vrat haar op. Samen namen we de beslissing die we nooit wilden nemen.

De zuster vertelde het hem. Hij werd woest.
Het verzorgingstehuis was altijd het grote “nee” geweest.
Maar het ging niet meer.

Vanaf dat moment ging het snel. Hij at nauwelijks nog.
Dronk amper. Werd nog onrustiger, nog bozer, nog verwarder.

Het werd zwaarder om erbij te zijn. Zeker omdat ik de band met hem net weer voorzichtig had gevonden.
We waren nooit hecht geweest. Maar hij bleef mijn vader.
De man die altijd hard werkte. Die er altijd was, al zei hij weinig.

De neuroloog kwam op een dag naar ons toe. Ze vertelde dat hij niet meer beter zou worden. Dat de medicatie gestopt zou worden. Hij lag daar stil in bed, uitgeput.
Kreeg morfine, een slaapmiddel, zodat het proces zo pijnloos mogelijk zou verlopen.

Op de dag dat ons werd gezegd dat we afscheid moesten nemen, zou ik eigenlijk weggaan met mijn vriendin.
Ik belde haar. Vertelde de situatie. We annuleerden alles.

Ik besloot mijn drie oudste kinderen mee te nemen naar het ziekenhuis. Zodat ze afscheid konden nemen van hun opa. Terwijl ik dit schrijf voel ik het weer. De intensiteit van dat moment. Mijn kinderen waren dapper. Maar je zag het verdriet in hun ogen. Ze voelden het. Die breuk.
Dat verlies.

De volgende dag was alles nog zwaarder. Hij kon niet meer praten. Zijn ademhaling was zwaar en maakte een afschuwelijk geluid. Alsof zijn longen scheurden van binnen. Hij was benauwd.

De morfine werd verhoogd. Het slaapmiddel ook. Zijn broer kwam langs. Zijn zussen ook. Zij hadden dit al vaker meegemaakt. Wéér afscheid van een broer. Het was een loodzware dag.

Aan het eind van die dag zei de arts dat hij dit mogelijk nog twee weken kon volhouden. We besloten even naar huis te gaan. Uit te rusten. Op adem te komen.

Net voordat we vertrokken vroeg ik mijn moeder en zus of ik even alleen bij hem mocht zijn. Ze gingen de gang op. Ik schoof bij hem op bed. Pakte zijn hand. En zei wat ik moest zeggen.

"Papa, we hebben niet altijd de beste band gehad, maar dat is oké. Ik ben trots dat jij mijn vader was. We zullen goed voor mama zorgen. Ik hou van je. Je mag nu rusten."

Ik zei het omdat een vriend me een week eerder vertelde dat hij die kans nooit had gehad toen zijn vader overleed. Zijn woorden raakten me. Ik wist: als ik deze kans heb, moet ik hem pakken. En ik ben dankbaar dat ik dat heb gedaan. Het was moeilijk. Maar ik zou het nooit anders willen.

Een half uur later, terwijl ik net thuis was met mijn kinderen, ging mijn telefoon.
Mijn zus. Ze zei het zacht: *"papa is overleden."*

De stilte die toen volgde sneed door alles heen. Ik liep naar boven. Moest het even laten bezinken. Toen vertelde ik het mijn kinderen. Mijn zoon liep direct emotioneel naar buiten. Mijn dochter kon haar tranen niet bedwingen.
En ik… ik besloot er voor hen te zijn. Even niet mijn verdriet. Eerst dat van hen.

Later werd mijn jongste dochter thuisgebracht en reden we naar mijn moeder en zus. Mijn vriendin was er al.
We aten samen. Haalden herinneringen op. Met zijn allen, aan tafel. Alsof hij er nog was. Maar dat was hij niet.

De week die volgde was chaotisch. 's Ochtends was ik bezig met kaarten uitzoeken, een kist kiezen, de locatie regelen. 's Middags stond ik met mijn kinderen bij de Sinterklaasoptocht. Rouw en leven liepen door elkaar.
En daar moest ik in meegaan.

In die week ontstond een idee. Ik wilde niet live spreken op de plechtigheid. Niet omdat ik het niet kon, maar omdat ik het mooier wilde doen. Zorgvuldiger.
Met muziek. Vanuit rust.

Ik schreef mijn tekst en liet het opnemen met instrumentale muziek eronder. Het liedje 'papa' van Stef Bos had ik uitgekozen. Een vriend hielp me daarbij. En toen mijn zus, mijn moeder en mijn kinderen dit hoorden, wilden zij dat ook. Zo werd de plechtigheid een aaneenschakeling van stemmen. Opgenomen. Helder. Zuiver. Het was prachtig. Echt.

Ik zal je altijd blijven missen, papa. Niet alleen op de grote momenten, maar juist in de kleine dingen.

“Soms komt het **afscheid** voor de échte **ontmoeting.”**

HOOFDSTUK 12
Eerst wij

"Ik plande mijn leven om mijn werk. Nu plan ik mijn werk om mijn leven."

Ik dacht vroeger dat ik een goede vader was. Ik zorgde. Ik betaalde. Ik regelde. Maar wat ik niet zag, was dat mijn kinderen jarenlang om mij heen moesten leven.

Mijn werk, mijn plannen, mijn ambities. Die stonden centraal. En als zij daar tussendoor pasten, dan was dat mooi meegenomen. Dat klinkt hard. Misschien zelfs pijnlijk. Maar ik wil eerlijk zijn. Want dit boek is geen succesverhaal. Het is een groeiverhaal.

En dit was mijn grootste groei: Ik moest leren om mijn kinderen niet als onderbreking te zien, maar als doel.

Als ondernemer leefde ik met een constante drive. Groei. Klanten. Impact. Nieuwe ideeën. En in die snelheid werd alles wat afleidde een obstakel. Ook mijn kinderen.
Niet bewust. Niet met opzet. Maar als ik eerlijk ben:
ik vond ze vaak lastig.

Niet omdat ze iets fout deden, maar omdat ze me weghielden van mijn 'missie'.
Zij wilden spelen, ik wilde plannen.
Zij wilden aandacht, ik wilde rust.
Zij wilden nu, ik zat vast in straks.

Ik weet nog dat ik tegen iemand zei:
"Als ik later succesvol ben, dan ga ik écht tijd maken voor mijn kinderen." Alsof ze konden wachten. Alsof ze nu nog niet genoeg waren.

Tijdens de sanering gebeurde er iets. Mijn werk viel weg. Mijn toekomst was onzeker. Mijn status was verdwenen. En wat overbleef… waren zij.

Vier kinderen. Met elk hun eigen blik. Hun eigen vragen. Hun eigen hart. En voor het eerst in jaren had ik écht tijd. Geen afspraken. Geen druk. Geen haast. En ik voelde het: Ze waren nooit het obstakel. Ik was het obstakel.

Ik moest leren om ze leuk te vinden. Om mee te gaan in hun wereld. Om aanwezig te zijn, niet alleen fysiek, maar met aandacht. Om naast ze te zitten zonder telefoon.
Om te wandelen, te lachen, te koken, te luisteren.
En het gekke is: ik moest daar moeite voor doen. Want het was nieuw. Onwennig. Stil. Maar de stilte werd een brug. En de afstand werd verbinding.

Sindsdien heb ik een nieuwe regel: Wij eerst. Mijn kinderen en ik. Zij staan op één. Mijn werk komt daaromheen. Niet andersom.

Omdat ik ze niet elke dag zie, ben ik juist extra bewust geworden van hoe kostbaar tijd is. Ik plan mijn werk flexibel. Zodat ik op schooldagen kan wandelen met mijn zoon. Zodat ik mijn dochter kan halen van turnen. Zodat ik écht kan horen hoe hun dag was, en niet alleen 'hoe gaat het?'.

Ik hou van de ochtenden met hen. Van het samen zijn zonder haast. Van wandelen, van koken, van samen op de bank. Niet omdat het móet, maar omdat ik het wil.
En dat is het verschil.

Wat ik geleerd heb:

- Kinderen willen geen perfecte vader. Ze willen een aanwezige vader.
- Tijd is waardevoller dan geld.
- Je hoeft je kinderen niet te vermaken. Je moet ze serieus nemen.
- Verbinding groeit niet uit cadeaus, maar uit kleine momenten.
- Je leert pas wat belangrijk is, als je alles kwijtraakt wat je dacht nodig te hebben.

Ik kijk nu terug op deze periode met trots. Niet omdat ik ineens de ideale vader ben. Maar omdat ik de keuze heb gemaakt om écht te gaan vaderen. Om mijn verantwoordelijkheid te pakken. Om mijn werk niet langer boven mijn kinderen te plaatsen. Ik leef niet meer voor later. Ik leef voor nu. Voor hen. En daarmee ook voor mezelf.

“Zij lopen **niet naast mijn werk**. Mijn werk loopt **naast hen.”**

HOOFDSTUK 13
Liefde die bleef

"Ik wilde dit zelf dragen. Zij liet me. Zonder me los te laten."

Vlak voor de sanering, op 1 december 2023, leerde ik mijn huidige vriendin kennen. We hadden elkaar via social media ontmoet en spraken af om een wandeling te maken door het bos. Het was bedoeld als een ongedwongen ontmoeting. Geen verwachtingen, geen labels.
Gewoon elkaar leren kennen.

Voor mij was dat bijzonder. In het verleden had ik vanuit mijn jeugd vaak de neiging om me meteen vast te klampen aan iemand. Bang om verlaten te worden. Onzeker.
Die drang zat diep. Maar deze keer was het anders. Ik was al bijna een jaar alleen. Een periode waarin ik had geleerd om van mijn eigen gezelschap te genieten. Alleen zijn voelde niet meer als een leegte die opgevuld moest worden, maar als een ruimte waarin ik mezelf terugvond.
En dus wist ik: als er iemand in mijn leven komt, moet het een aanvulling zijn, geen invulling.

De wandeling was fijn. We praatten open en eerlijk.
Ik hield niets achter. Ik vertelde haar over mijn sanering, over mijn faillissement, over hoe ik op dat moment in het leven stond.

Ze luisterde, zonder oordeel. Daarna dronken we samen iets, en namen afscheid. Maar er kwam een vervolg.
Niet omdat we dat zo benoemden, maar omdat het goed voelde. De tijd van benamingen was voorbij. Het hoefde geen 'date' te zijn. Het was gewoon iets moois tussen twee mensen die zich op hun gemak voelden bij elkaar.

In de weken die volgden zagen we elkaar nog vier keer. Steeds voerden we lange gesprekken. Eerlijk, open, kwetsbaar. Geen spelletjes, geen verwachtingen.
We werden pas na die vierde ontmoeting intiem. En dat was bewust. Niet vanuit impuls, maar vanuit zekerheid. Voor het eerst voelde ik dat ik niet geleid werd door angst of behoefte aan bevestiging, maar door rust.
Door vertrouwen.

Ik vertelde haar dat ik ondanks mijn situatie positief en optimistisch was. Dat ik de verantwoordelijkheid voor mijn proces droeg en dat ik niet wilde dat mijn vriendin zich zorgen zou maken. En dat deed ze ook niet. Ze is zelfstandig, woont al zes jaar alleen, heeft twee oudere zoons en weet wat het is om haar eigen leven te dragen. Ze redt zich prima en heeft niemand nodig om gelukkig te zijn. Precies dat maakte het verschil.

Onze werelden sloten op elkaar aan. Niet vanuit afhankelijkheid, maar vanuit gelijkwaardigheid. Ik heb altijd geloofd dat een sterke relatie bestaat uit twee mensen die ook prima alleen kunnen zijn, maar er bewust voor kiezen om samen te zijn. Niet omdat het moet, maar omdat het mag.

We hebben vanaf het begin uitgesproken dat we niet gaan samenwonen zolang er nog kinderen thuis wonen. Dat is geen gemis, maar een bewuste keuze. We zien elkaar niet elke dag, maar spreken elkaar wél elke dag. En dat is genoeg. Het voelt stabiel, vertrouwd. Iets wat ik nog nooit eerder had ervaren in een relatie.

Wat ik in haar bewonder is haar kalmte. Ze maakt zich niet druk, houdt niet van gedoe, is eerlijk en oprecht. Ze zegt wat ze vindt, zonder het mooier te maken. En juist daardoor voelt het echt. We lijken op elkaar. Dat maakt ons een goede match.

Na een maand of zes merkte ik dat ik me benauwd begon te voelen. Niet door haar, maar door een oude angst die opspeelde. Ik raakte in paniek en trok me terug. Ik stopte het contact. Dat was heftig. Vooral voor haar. Er was veel verdriet, en dat raakte me ook. Drie weken zagen we elkaar niet. Maar toen spraken we af. Gewoon om te praten.

Dat gesprek bracht ons dichter bij elkaar dan ooit.
We bespraken alles. Wat er speelde, wat we nodig hadden, waar onze angsten lagen. En we besloten verder te gaan. Op een andere manier, met meer duidelijkheid en meer rust. Sindsdien voelt het sterker dan ooit. Er is meer ruimte, meer begrip. En vooral: meer vertrouwen.

Ook dit deel van mijn leven lijkt precies zo te verlopen als het moet. Niet via het pad van perfectie, maar via het pad van groei.

“Ze redde me niet. Ze liet me **mezelf worden**”

HOOFDSTUK 14
Dit is ook jullie verhaal

"Ik was eerlijk. Vanaf dag één."

Toen ik toegelaten werd tot de sanering, wist ik één ding zeker: mijn kinderen gaan dit niet pas later begrijpen, ze gaan het nú begrijpen. Niet omdat ik ze ermee wilde belasten. Maar omdat ik geloof dat je kinderen serieus moet nemen. Als je wilt dat ze met vertrouwen de wereld in stappen, dan moet je ze ook vertrouwen geven in hoe jij ermee omgaat.

Mijn kinderen hebben een andere leeftijd, een andere belevingswereld. 6, 12, 16 en 20 jaar. En ik heb voor ieder van hen een eigen uitleg gemaakt. Niet alleen qua woorden, maar ook qua toon, voorbeelden, en wat ik wel of niet vertelde. Ze hoefden niet alles te weten. Maar wél precies genoeg om het te begrijpen.

Ik vertelde wat er was gebeurd. Waarom. Wat het betekende. Wat er vanaf nu zou veranderen. En het mooiste gebeurde: ze begrepen het. Niet alleen rationeel, maar ook emotioneel. Er kwam geen verwijt.
Geen schaamte. Alleen rust. En dat had niets te maken met de perfecte uitleg, maar alles met eerlijkheid.

Ik wist dat ik ze dingen moest gaan weigeren de komende tijd. En ik wilde niet dat ze zouden denken dat het aan henzelf lag. Of dat ik geen zin had. Daarom vertelde ik ze alles. Zodat elk 'nee' niet klonk als afwijzing, maar als helderheid.

Bij mijn oudste dochter schreef ik zelfs een brief. Niet als pleidooi. Maar als erkenning van de situatie. Ik deel hem hier, omdat ik geloof dat dit andere ouders kan helpen.

Brief aan mijn dochter van 20:

Ik schrijf deze brief om je persoonlijk uit te leggen in welke situatie ik zit. Niet om medelijden te krijgen, maar om het echte verhaal vanuit mij te vertellen. Want daar heb je recht op.

Vorig jaar maart heb ik besloten faillissement aan te vragen voor mijn bedrijven. Dat betekent dat ik, na 15 jaar ondernemer te zijn geweest, heb besloten om te stoppen. Ik was moe, had geen zin meer, en had meer schulden dan inkomsten.

Als je failliet gaat, komt er een curator die ervoor zorgt dat de mensen die nog (een deel van) hun geld krijgen, ook betaald worden. Ik had alleen niets meer, dus die mensen hebben ook geen geld gekregen.

Het ging om zakelijke schulden, en die zijn met het faillissement in één keer verdwenen. Daardoor heb ik vorig jaar veel bedreigingen gehad van mensen die hun geld niet meer kregen.

Daarnaast had ik ook nog privé-schulden, ontstaan vanuit mijn jeugd. Op mijn 19e kocht ik mijn eerste auto met een lening. Allemaal domme beslissingen, de ene na de andere. Ik wist gewoon niet goed hoe je met geld om moest gaan. Als ik dat wel had geweten, had ik het natuurlijk nooit gedaan.

Die schulden liepen uiteindelijk op tot een bedrag dat ik niet meer kon afbetalen. In Nederland heb je dan de mogelijkheid om 1,5 jaar in de sanering te gaan. Dat betekent dat je een klein bedrag krijgt om van te leven (ongeveer 40 euro per week), en de rest gaat naar de schuldeisers. Dit gaat zo 18 maanden door. Het is zwaar, maar daarna ben ik schuldenvrij.

Dit is ook de reden dat ik geen alimentatie meer kan betalen. Ik kan helemaal niets betalen, behalve kleine boodschappen. Ik eet een paar keer per week bij anderen.

Maar zoals ik ook tegen mama heb gezegd: over 1,5 jaar ben ik schuldenvrij en ga ik weer goed verdienen. Dan spaar ik veel en bouw ik vermogen op. Je mag me op mijn woord geloven dat ik je (als ik kan) altijd financieel zal ondersteunen.
Jullie zijn mijn kinderen, en jullie staan op de eerste plaats.

Door dit hele proces ben ik me heel bewust geworden van geld uitgeven. Mensen om me heen leren hier zelfs van, omdat ik zo bewust met geld omga. Als je geen geld hebt, word je namelijk heel creatief.

Ik hoop van harte dat jullie ook goed leren omgaan met geld. De wereld is duur, maar als je er slim mee omgaat, kun je een heel mooi leven leiden.

Ik voel me positief, optimistisch, sterk, en ben ontzettend creatief als het gaat om oplossingen voor de uitdagingen die ik nu tegenkom. Ik kijk enorm uit naar een schuldenvrij leven, want sinds mijn 19e heb ik dat niet meer gehad.

Wilde ik even kwijt. Dan weet je nu ook dat ik dat (simpele) tientje niet eens meer kan storten. En hoef ik je ook niet steeds teleur te stellen.

Ik hou van je en ben ongelooflijk trots op de vrouw die je bent geworden.

Dikke kus,
Papa

Tijdens de sanering heb ik mijn drie oudste kinderen volledig inzicht gegeven in mijn financiën. Ze weten:

- Hoeveel mijn vaste lasten zijn
- Wat mijn VTLB is
- Hoeveel ik per maand moet overmaken
- Hoeveel ik mag houden
- Waar het geld naartoe gaat
- Waarom ik soms nee moet zeggen
- Én: ze mogen altijd meekijken in mijn bankrekening

Niks geheimzinnigs. Geen taboe. Geen "daar zijn ze nog te jong voor".

Ik wil dat ze voorbereid zijn. Op het leven.
Op verantwoordelijkheid. Op geld. En daar hoort transparantie bij. Wat voor veel ouders een ongemakkelijke grens is, is bij ons juist een veilige brug geworden.

Wat ik leerde: kinderen kunnen meer aan dan je denkt. Als je het met liefde vertelt. En eerlijkheid is geen belasting, maar een vorm van vertrouwen. Want dit is niet alleen míjn sanering.

Dit is ook hún verhaal. En als zij straks zelf ooit vallen, dan weten ze: *Je mag opstaan. Je mag eerlijk zijn. En je bent nooit alleen.*

“Ik heb het **beleefd**, maar we hebben het samen **gedragen.**”

HOOFDSTUK 15
Door hun ogen

"Dit is niet alleen mijn verhaal. Dit is ook het verhaal van de mensen die naast me stonden."

Als je zelf in een intense periode zit, zie je de wereld vaak alleen door jouw eigen bril. Maar wat doet zo'n periode met de mensen om je heen? Wat zien zij, wat voelen zij, wat merken zij? Ik besloot het niet in te vullen, maar het ze gewoon te vragen.

Vijf simpele, maar eerlijke vragen. Geen oordeel. Geen goed of fout. Alleen hun verhaal. Want hun perspectief is minstens zo waardevol als het mijne.

Dit zijn de vijf vragen die ik aan mijn dierbaren stelde:

1. Wat dacht je toen je hoorde dat Martijn in de sanering ging? (Wat voelde je? Had je zorgen, oordeel, medelijden, vertrouwen?)
2. Wat merkte je aan Martijn in die periode? (Veranderde zijn gedrag, houding, contact? Was hij anders dan daarvoor?)
3. Wat deed de situatie met jou persoonlijk? (Had het impact op jullie contact, op praktische zaken, op je gevoel?)

4. Wat bewonder je aan hoe Martijn hiermee is omgegaan? (Wat viel op? Wat zou je anderen willen meegeven die een dierbare in sanering hebben?)
5. Hoe kijk je nu terug op deze periode? (Wat is blijven hangen? Is er iets gegroeid tussen jullie? Wat hoop je voor de toekomst?)

Onder deze vragen vind je hun woorden. Ongedwongen, eerlijk, puur. Geen interviews, geen opsmuk. Gewoon wat er in hen leefde.

Want dit boek is niet alleen mijn verhaal. Het is ook het verhaal van iedereen die dichtbij me stond terwijl ik door deze periode ging.

Van mijn moeder
Ik had zorgen. Natuurlijk had ik die. Welke moeder zou die niet hebben als haar kind in zo'n moeilijke periode terechtkomt? Maar ondanks die zorgen had ik ook vertrouwen. Altijd al gehad. Dat zat diep, dat voelde ik gewoon. Hij kon dit.

Ik zag hem veranderen. Hij begon beter na te denken, over hoe hij dingen aan kon pakken, hoe hij problemen op kon lossen. We hebben veel gepraat, uren soms. Hij legde uit, ik luisterde. Soms was het andersom. Dat praten bracht ons dichter bij elkaar.

Toch zat ik er wel mee. Ik maakte me zorgen, echt wel. Maar ik zag ook dat hij het onder controle had. Dat gaf me rust. Ik zag in zijn ogen dat hij erdoorheen zou komen, hoe moeilijk het ook was.

En wat ik nooit zal vergeten: zelfs in die zware tijd was hij er óók voor mij. Hij stond voor me klaar, nam de tijd om uit te leggen hoe dingen zaten, om met me te praten. Dat vond ik zó bijzonder.

Nu zijn we er bijna. Nog een paar weken, dan is het klaar. Ik heb zoveel bewondering voor hem. Echt waar. En wat ik nog het mooiste vind: onze band is hechter geworden dan ooit. Dat maakt me blij. Trots. Hij heeft het zó goed gedaan… en hij heeft mij ook nog dingen geleerd onderweg.

Ik ben zó trots op jou! Hoe je dit allemaal hebt gedaan.

Van een vriend
Sinds je in de sanering zit, gaat het zichtbaar beter met je. Je lijkt alles onder controle te hebben en wist duidelijk waar je mee bezig was. Er is vertrouwen dat het helemaal goed gaat komen met jou. Je was vrij relaxed onder de situatie. Ook als dingen soms wat langer duurden. Geen moment leek het alsof je diep in de put zat.

Persoonlijk deelden we wat meer in deze periode. We zagen elkaar wat minder, maar dat was oké. Tussen ons is er eigenlijk niets veranderd en dat zegt ook iets goeds.

Van mijn zoon
Ik hoorde het woord en wist niet zo goed wat het was. Ik ben veel te weten gekomen doordat mijn vader in de sanering is gegaan. Zoals wat het precies is, waarvoor het bedoeld is, en waarom mensen erin terechtkomen. Toen ik het hoorde, vroeg ik: wat is dat eigenlijk? Nadat hij het me uitlegde, ben ik het gaan zien als een nieuw begin. Een begin van iets beters.

Ik merkte dat hij zijn leven probeerde te veranderen. Positiever in het leven staan, minder snel gefrustreerd raken, altijd proberen overal het goede uit te halen, en vooral: accepteren hoe dingen lopen. Hij heeft me een quote verteld die me tot op de dag van vandaag is bijgebleven:

"Accepteer wat je niet kunt veranderen. Heb de moed om te veranderen wat je wél kunt veranderen. En de wijsheid om het verschil te zien.“

Deze quote kun je overal op toepassen, en ik houd hem altijd in mijn hoofd.

Het contact met ons, de kinderen, waaronder ik, is ook enorm veranderd. Van “oh, we gaan weer naar papa” naar “yes, we mogen weer naar papa”. Van normaal, naar oprecht zin hebben. Het samen leuke dingen doen en herinneringen maken die we nooit willen vergeten.

Ook begon hij elke dag minimaal 10.000 stappen te zetten, wat hem mentaal én fysiek sterker heeft gemaakt. En dat stukje heeft mij ook geholpen. Het samen wandelen, eindeloze gesprekken voeren en veel lachen. Het heeft echt iets gedaan.

Het lachen bracht blijdschap, en met die blijdschap is onze band heel sterk gegroeid.

En de gesprekken gaven hulp: het is fijn om iemand naast je te hebben bij wie je alles kwijt kunt. Iemand waarbij je alles mag zeggen, over alles mag praten. Het is fijn om iemand te hebben naar wie je opkijkt.

Op geld letten en geen onnodige uitgaven doen.
Dat is een financiële stap die veel mensen bewust of onbewust kunnen toepassen. Mijn vader deed dit heel bewust, sinds hij in de sanering kwam. Niet op een beklemmende manier, maar op een slimme manier.
Geen domme uitgaven om aan de wereld iets te bewijzen, maar slimme keuzes om zijn gezin te onderhouden.

Ik zie mijn vader op elk vlak als een voorbeeld.

Het viel direct op dat hij veranderde toen hij de sanering inging. En dat is een grote stap. Hij ging dingen anders zien, anders leven, en zat veel beter in zijn vel. Zoals ik het zie, heeft de sanering hem het zetje gegeven om zijn ego opzij te zetten en te gaan denken op een positieve en slimme manier.

Op heel veel vlakken is hij gegroeid en dat heeft hij ook écht toegepast.

De sanering klonk eerst als iets slechts. Maar eigenlijk is het een schakel naar een beter leven. Een kans om je financiële fouten te herdenken en positiever een nieuw leven in te gaan

Ik ben ontzettend trots op mijn vader.

Van een vriendin
Tuurlijk maakte ik me in eerste instantie zorgen.
Niet omdat ik hem niet geloofde, maar omdat ik hem zo'n andere situatie had gegund. Je gunt iemand die je lief is gewoon een makkelijker pad. Maar toen ik zag hoe Martijn ermee omging, veranderde dat gevoel al snel. Hij zag het niet als het einde van een periode, maar als een nieuw begin. En eerlijk is eerlijk: als er iemand is die er altijd iets van weet te maken, dan is hij het. Dat vertrouwen had ik vanaf het eerste moment.

Ik merkte dat het hem veranderde. Op een goede manier. Hij ging minimalistisch leven, leerde opnieuw geluk vinden in de kleine dingen. Creatief was hij altijd al, maar dit bracht een ander soort creativiteit naar boven. Hij werd vindingrijk, doordacht. En het heeft hem als mens echt veranderd.

Voor mij persoonlijk had het geen negatieve impact op ons contact. In tegendeel zelfs: hij werd steeds opener over zijn proces, zijn gedachtes, zijn keuzes. En dat bracht ons dichter bij elkaar. Ik ben alleen maar méér naar hem op gaan kijken. Naar hoe hij hier met zo'n positieve houding doorheen ging, zonder weg te kijken van wat moeilijk was.

Wat ik het meest bewonder, is hoe hij deze periode naar zijn eigen hand heeft weten te zetten. Alsof hij besloot: *dit opent nieuwe deuren voor mij*. Hij bleef leerbaar, daadkrachtig, met de houding van: *ik ga hier beter uitkomen*. En dat is precies wat er gebeurde. Natuurlijk ging het met vallen en opstaan, maar ook daar keek hij eerlijk naar.

Als ik iets zou willen meegeven aan anderen die iemand kennen in de sanering, dan is het dit: zie het niet alleen als een tegenslag. Het kan ook een nieuw begin zijn. Een kans om het anders te doen. En als iemand zich leerbaar opstelt, dan levert dat altijd iets op.

Ik kijk dan ook positief terug op deze periode. Niet alleen vanwege zijn groei, maar ook omdat hij me meenam in zijn proces. Door wat hij deelde, heb ik zelf ook weer dingen over mezelf geleerd.

Voor de toekomst hoop ik dat hij blijft vasthouden aan dat geluk in de kleine dingen. Dat zijn eigen manifestatie blijft, iets wat hij zélf in de hand heeft.

Alles gaat zoals het gaat in jouw voordeel.

Van mijn vriendin
Toen ik Martijn leerde kennen, vertelde hij meteen open over zijn verleden. Over zijn faillissement en het feit dat hij de schuldsanering in zou gaan. We kenden elkaar pas net, en voor mij was het geen oordeel of obstakel. Wat me vooral raakte, was de manier waarop hij erover sprak: vol vertrouwen, alsof het geen eindstation was maar juist een nieuw begin. Zijn energie, zijn openheid, zijn humor, dat was wat me bijbleef na die eerste wandeling.
Niet de sanering.

Ik heb hem nooit anders gekend dan in deze periode. Hij was oprecht opgelucht toen het eenmaal begon, maar ik zag gaandeweg ook de worstelingen. Soms was het zwaar: onzeker werk, weinig geld, keuzes maken, zoeken naar balans. Hij had momenten dat het hem raakte, dat voelde ik. Maar wat ik vooral zag, was zijn kracht. Hij klaagde nooit lang, herpakte zichzelf altijd weer. En als ik iets kon doen, dan was het er zijn. Luisteren. Ruimte geven.

Toen hij een baan vond die bij hem paste, merkte ik dat er rust in zijn hoofd kwam. Hij kreeg weer energie, maakte plannen, en langzaam werd dit nieuwe leven zijn nieuwe normaal. Zijn optimisme werd sterker. Hij ging weer vooruitkijken, met ideeën en dromen waar hij zich vol in vastbeet.

De sanering heeft onze relatie nooit in de weg gestaan. We deden alles wat je in een fijne relatie hoort te doen: lachen, kletsen, herinneringen maken. Het enige moeilijke moment was toen hij het, na negen maanden, uitmaakte. Niet omdat er iets mis was tussen ons, maar omdat het hem allemaal even te veel werd. Hij zocht rust in zijn hoofd, ruimte om zijn weg te vinden. Die periode was pijnlijk, maar ook tijdelijk. We bleven contact houden, bleven elkaar zien, en uiteindelijk vonden we elkaar weer terug. Sterker dan ooit.

Wat ik het meest bewonder aan Martijn is zijn eindeloze positiviteit. Hij blijft in beweging, blijft vooruitdenken, blijft plannen maken. Wat hij ook tegenkomt, hij pakt het aan. Hij heeft dit hele traject zelf gedaan.
Zelf verantwoordelijkheid genomen. Zelf koers gehouden. En dat vind ik bewonderenswaardig.

Ik hoop dat mensen die in de sanering zitten, of iemand kennen die daar doorheen gaat, dit lezen en beseffen dat het geen einde hoeft te zijn. Juist een kans op een nieuw begin. Als je jezelf leerbaar opstelt en durft te blijven bewegen, zoals Martijn heeft gedaan, dan kan het iets goeds brengen.

Nu de sanering bijna voorbij is, kijk ik terug op een periode die eigenlijk is omgevlogen. Vanaf het moment dat ik hem ontmoette tot nu. Ik ben zo ongelooflijk trots op hem. Hij heeft deze periode zijn eigen vorm gegeven, met vallen en opstaan, maar altijd met het vertrouwen dat het goed zou komen. En dat is precies wat er gebeurt.

We gaan samen een mooie toekomst tegemoet.
En in mijn ogen… deden we dat eigenlijk al vanaf dag één.

Van een vriend
Wow, Martijn was altijd enorm aanwezig online en had steevast boeiende verhalen te vertellen. We hadden elkaar een paar keer ontmoet en spraken regelmatig telefonisch. Al snel gingen onze gesprekken dieper en kwamen ook privézaken ter sprake. Zo vertelde hij op een gegeven moment over zijn scheiding, en niet veel later kwam ook zijn faillissement aan bod.

Dat verraste me. Om meerdere redenen. Enerzijds omdat we veel persoonlijke dingen deelden, maar dit onderwerp nooit ter sprake was gekomen. Anderzijds omdat Martijn altijd sterk was in het presenteren van zichzelf. Ik had het idee dat het zakelijk allemaal goed liep. Juist daarom maakte ik me geen zorgen. Maar het zette me wel aan het denken. Het is zó belangrijk om je oog op de bal te houden, zeker als je in uitdagende situaties belandt.

Martijn's verhaal liet me inzien dat iedereen maar één gebeurtenis verwijderd is van een faillissement. Het kan écht iedereen overkomen. En dus hoeft het geen taboe of bron van schaamte te zijn.

Voor mij is Martijn eigenlijk nooit echt veranderd. Natuurlijk waren er momenten waarop het leek alsof hij vooral bezig was met 'op zoek gaan naar geld', maar dat zie ik vooral als een overlevingsstrategie. Iets wat we ook moeten proberen te begrijpen. Wat me vooral is bijgebleven, is zijn doelgerichtheid en het vertrouwen dat hij in zichzelf bleef houden. Hij wist de situatie te accepteren en ermee om te gaan, en dat vind ik bewonderenswaardig.

Ik geloof ook dat het, als je in zo'n situatie belandt, belangrijk is om rust te vinden in wat er is, het te omarmen en vervolgens stap voor stap verder te gaan. Verzet maakt de weg alleen maar zwaarder en langer, vol hobbels. Hoewel ik niet alles van dichtbij heb meegemaakt, heb ik wel het gevoel dat Martijn hier op een soepele manier doorheen is gekomen.

We bleven in contact, al was het wat minder frequent doordat ik zelf met gezondheidsuitdagingen te maken kreeg. Daardoor had ik tijdelijk minder ruimte om me te verdiepen in anderen, en helaas dus ook in de situatie rondom Martijn. Toch heb ik veel geleerd van wat er gebeurde. De situatie bood me zowel praktische inzichten als inspiratie over hoe ik het zelf eventueel zou kunnen of moeten aanpakken.

Martijn zette zijn netwerk op een slimme en doeltreffende manier in, en pakte de communicatie én het proces proactief aan. Dat wekte bij alle betrokkenen veel vertrouwen in zowel de toekomst als de verdere afwikkeling van het traject.

Wat ik enorm bewonder aan hoe Martijn hiermee is omgegaan, is zijn veerkracht en zijn vermogen om in beweging te blijven, ook op momenten waarop alles tegen leek te zitten. Hij accepteerde zijn situatie, maar bleef tegelijkertijd doelgericht, strategisch en in verbinding met zijn omgeving. Dat vraagt lef, maar ook vertrouwen in jezelf.

Wat me vooral opviel, was hoe proactief hij zijn netwerk benaderde en hoe open hij werd in zijn communicatie, zonder zichzelf te verliezen in drama of slachtofferschap. Daarmee gaf hij anderen het vertrouwen dat hij deze fase echt zou doorkomen, en dat deed hij ook.

Voor mensen die een dierbare in sanering hebben, zou ik willen zeggen: wees nabij, ook al kun je niet alles oplossen. Probeer de situatie niet meteen te fixen, maar toon begrip. Achter 'op zoek zijn naar geld' zit vaak een overlevingsstand, geen hebzucht. En wat ik van Martijn heb geleerd: het is zó krachtig als iemand de situatie durft te omarmen en stap voor stap verdergaat, zonder verzet, maar mét vertrouwen.

Er ontstaat altijd iets moois wanneer we samenkomen. We vinden elkaar in humor, in inzichten, en we gunnen elkaar het allerbeste. Voor Martijn heb ik dan ook geen hoop, want hoop is iets ijls, iets zonder richting. Wat ik voor hem wél heb, is geloof.

Geloof omdat hij een plan heeft. Een visie. En de kracht om daarachteraan te gaan. Ik geloof dat Martijn van zijn shit een hit gaat maken. Dat hij schuldhulp uit de taboesfeer weet te halen. Dat hij met dit boek anderen inzichten gaat geven. Ik geloof ook dat hij zichzelf nooit meer zo diep laat zakken.

Want in elke zwarte bladzijde zit een krachtige les verborgen, en wie die les ziet, schrijft een ander verhaal voor de toekomst.

Hij heeft zichzelf beter leren kennen. Hij heeft meer financiële helderheid gekregen. De band met zijn kinderen is sterker geworden, omdat hij is gaan inzien dat de waarde niet zit in wat je geeft, maar in wat je samen beleeft.

Dus als ik terugkijk op deze periode, dan voel ik medeleven met Martijn om wat hij heeft moeten doorstaan, maar ik ben óók blij voor hem dat hij dit heeft mogen meemaken. Want het heeft hem wijzer, krachtiger en een mooier mens gemaakt.

Van mijn zus
Toen Martijn de sanering in ging, kon ik eigenlijk alleen maar opgelucht zijn. Eindelijk gingen zijn zorgen en problemen opgelost worden. Want hoe fijn is het dat die mogelijkheid er überhaupt is? Ook al moet je aan best veel voorwaarden voldoen, het feit dat je uit de schulden kunt komen (gek woord trouwens, want soms is het niet eens je eigen schuld) en opnieuw kunt beginnen, vind ik iets moois.

Ik had er ook het volste vertrouwen in dat Martijn er goed doorheen zou komen. En ik nam me voor: als het toch moeilijk werd, dan zou ik hem er desnoods doorheen slepen.

Martijn is in die periode zeker veranderd. Niet in één keer, maar stukje bij beetje. De hele periode door zag je het gebeuren. Hij werd steeds weer met de feiten geconfronteerd en moest daar maar mee dealen. En dat deed hij. Wat ik vooral bewonderde, was zijn doorzettingsvermogen én zijn vermogen om zich aan te passen.

Ik denk trouwens dat niet alleen hij, maar ook de mensen om hem heen veel geleerd hebben. Juist omdat hij er zo open over was.

Mijn naam betekent “mensenbeschermer” en ik hoop dat mijn broer gevoeld heeft dat ik er in die periode voor hem was. We zijn eigenlijk altijd al veel samen geweest, maar nu voelde het toch extra. Als iemand de kans krijgt om in de sanering te gaan, hoop ik dat diegene mensen om zich heen heeft van wie je weet: daar kan ik op bouwen.
Die maken het soms net even wat lichter.

Wat ik misschien wel het mooiste vind, is hoe Martijn in die periode zijn ego aan de kant heeft gezet.
Die verandering in gedrag, dat raakte me. Want naast het financiële stuk is de persoonlijke groei misschien wel net zo belangrijk. Ook hoe hij naar zijn kinderen toe zo open en duidelijk was in alles, vond ik heel knap.
Echt bewonderenswaardig. En ik denk ook dat zij er veel van geleerd hebben.

Als ik nu terugkijk, denk ik dat we door deze periode alleen maar closer zijn geworden. En ik hoop echt dat we onze wekelijkse etentjes blijven voortzetten.

Vet trots op je, broer.

“Andermans ogen **spiegelen** jouw **groei.**”

HOOFDSTUK 16
De spiegel

"Alles wat ik liever niet wilde zien."

Het makkelijkste in deze periode? De buitenwereld de schuld geven. De economie, de fiscus, die ene compagnon, dat falende systeem. En ergens was dat ook waar.
Het systeem is hard, sommige mensen zijn onbetrouwbaar, sommige regels onmenselijk. Maar hoe vaker ik in de spiegel keek, hoe minder ik dat nog volhield.

Want de waarheid was: ik had het zelf ook verprutst.

Niet met kwade intentie. Niet omdat ik dom ben.
Maar omdat ik te vaak iets niet wílde zien. Omdat ik dacht: "Het komt wel goed." En omdat ik gewend was geraakt aan het idee dat ik iemand moest zijn.

Ik zag in de spiegel een man die:

- Geld wegschoof als het ingewikkeld werd.
- Vertrouwde op zijn drive, maar vergat te rekenen.
- Altijd bezig was met anderen, maar zichzelf negeerde.
- Zich groothield, zelfs als alles aan het instorten was.

De spiegel was hard. Maar niet wreed. Hij toonde me wat ik niet onder ogen wilde komen: dat ik jarenlang grenzen had genegeerd. Dat ik mensen kansen gaf die die kansen niet verdienden. Dat ik dacht dat liefde iets was dat je moest bewijzen in plaats van iets dat je ontvangt.

In het begin voelde ik schaamte. Voor mijn fouten, mijn naïviteit, mijn ego. Maar toen gebeurde er iets bijzonders. Ik ging er niet aan kapot. Ik bleef staan. Ondanks alles.

En toen zag ik iets anders in die spiegel: Ik zag iemand die nog steeds durfde te kijken. Iemand die niet wegliep. Die leerde. Langzaam, soms pijnlijk, maar eerlijk.

Als je in de sanering zit, of net failliet bent gegaan, dan weet je dit gevoel: Je hele leven wordt ontmanteld. Alles waar je je identiteit aan had verbonden (werk, status, spullen, zekerheid) valt weg. En wat overblijft, is een spiegel. Eén die je dwingt te kiezen: Blijf je vluchten? Of kijk je?

Ik koos om te kijken. Niet in één keer, niet moeiteloos. Maar wel bewust. En hoe vaker ik keek, hoe zachter het oordeel werd. Ik ging niet van schaamte naar trots. Maar wel van afwijzing naar acceptatie.

De spiegel liegt niet. Maar hij oordeelt ook niet. Hij laat alleen zien wat er is.

En op een dag zag ik: Niet alleen mijn fouten. Maar ook mijn veerkracht. Mijn eerlijkheid. Mijn verlangen om te groeien.

En dat… dat is waar mijn herstel begon.

“Wie durft te **kijken**, kan kiezen om te **veranderen.**”

HOOFDSTUK 17
De stemmen in mijn hoofd

"Soms is de grootste strijd die je voert, de strijd tegen jezelf."

Er waren dagen dat ik letterlijk wakker schrok van gedachten. Niet omdat er iemand belde of omdat er een deurwaarder voor de deur stond, maar omdat mijn hoofd al eerder begon dan de wekker.

"Wat als je het nooit redt?"
"Wat als iedereen ziet dat je een mislukkeling bent?"
"Wat als je kinderen je later herinneren als de vader die alles verloor?"

Die stemmen waren er altijd. Fluisterend op de achtergrond of schreeuwend op de voorgrond. En het gekke is: ze klonken niet als een ander, ze klonken als mijzelf. Alleen harder, strenger, venijniger.

Overdag hield ik me groot. Ik had kinderen, gesprekken, sollicitaties, een voorraadkast die ik moest vullen, administratie die ik moest bijhouden. Ik deed wat ik moest doen. Maar zodra het stil werd, zodra de afleiding wegviel, begonnen ze weer.

Schaamte. Angst. Spijt. Een mengsel dat me soms letterlijk misselijk maakte.

Ik had momenten waarop ik mezelf niet meer geloofde. Niet in wat ik zei, niet in wat ik dacht, niet in waar ik voor stond. De man die ik ooit was, die met ideeën, ambities, overtuiging, die voelde ver weg. Alsof ik naar een oude video van mezelf keek: bekend, maar onbereikbaar.

En dan kwam er die andere stem. Zacht. Maar standvastig.

"Je leeft nog."
"Je hebt vandaag wél je kinderen gezien."
"Je hebt gisteren níet opgegeven."

Dat was niet de stem van mijn ego. Dat was de stem van mijn kern. Van de man die bleef staan toen alles instortte. Die geen podium meer had, maar nog wel een richting.

Ik begon te leren dat gedachten geen feiten zijn. Dat wat ik denk, niet perse waar is. En ook: dat ik mezelf niet hoefde te fixen om waardevol te zijn.

Ik ben geen held geworden in deze periode. Ik ben gewoon iemand die niet meer wegloopt van wat hij voelt. Die leert om het vol te houden. Om te zitten met de onrust. Om niet elk paniekgevoel te willen oplossen, maar het soms alleen maar te erkennen:
"Ja, ik ben bang. En dat is oké."

Als jij dit leest en denkt: *"Ik heb ook die stemmen. Ik slaap slecht. Mijn hoofd draait overuren."* Dan wil ik dit zeggen: je bent niet zwak. Je bent niet gek. Je bent niet de enige.

Het betekent alleen dat je systeem overbelast is. Je hoofd probeert grip te krijgen op iets wat groter is dan je aankan. En wat het dan nodig heeft, is geen oplossing, maar ruimte. Adem. Tijd. Stilte.

Ik begon met kleine gewoontes: 's ochtends wandelen, zonder telefoon. Reflecteren in een notitieboek. Soms een vraag aan mezelf stellen in plaats van een oordeel vellen: *"Wat voel je nu echt?" "Wat zou je tegen een vriend zeggen in deze situatie?"*

Dat veranderde de toon. De stemmen werden niet stil, maar wel milder. En op een dag merkte ik: *"Ik ben niet langer mijn gedachten. Ik ben degene die ze hoort."*

Dat was vrijheid.

“Je hoeft **niet alles** te **geloven** wat je denkt.”

HOOFDSTUK 18
Wandelen om wakker te worden

"Het begon als wandelen. Het werd een manier van leven."

In mei 2024 besloot ik iets kleins. Niet spectaculair. Niet wereldschokkend. Gewoon: elke dag 10.000 stappen zetten. Het idee kwam van een collega, die vertelde hoe wandelen hem rust en overzicht gaf. Geen einddoel, geen schema, geen beloning. Alleen dát: bewegen. Opstaan. Gaan.

In het begin voelde het als een opdracht. Iets wat 'moest' van mezelf. Maar al snel gebeurde er iets bijzonders. Het werd iets wat ik niet meer wilde missen.

Ik zat midden in mijn sanering. Mijn hoofd draaide overuren. De ochtenden waren zwaar. En ineens voelde ik: ik moet eruit. Uit mijn hoofd. Uit mijn huis. Uit de chaos. Dus ik ging lopen. Eén keer. Twee keer. Toen elke dag.

Soms met een podcast, soms in stilte. Soms met tranen, soms met ideeën. Maar altijd met dezelfde intentie: bewegen is vooruitgang.

In het begin liep ik alleen. Tot mijn zoon een keer vroeg: "Pap, mag ik mee?" We gingen. Eén keer. Toen vaker. En op een dag gebeurde het: hij vroeg niet óf we gingen wandelen. Hij vroeg: "Hoe laat gaan we morgen?" We liepen samen terwijl de wereld nog sliep. Van donker naar licht. Letterlijk. En in die stilte, zonder scherm, zonder afleiding, ontstond er ruimte voor gesprekken die we anders nooit hadden gevoerd.

Hij begon vragen te stellen over het leven, over mij, over zichzelf. Niet omdat ik het stuurde. Maar omdat we liepen. Naast elkaar. Niet oog in oog, maar schouder aan schouder. En dat maakt praten makkelijker. Ik merkte dat het ons allebei goed deed. En voor het eerst in lange tijd voelde ik: ik ben een voorbeeld. Niet door wat ik zeg. Maar door wat ik doe.

Na een paar weken merkte ik de eerste veranderingen:

- Mijn hoofd werd lichter
- Ik begon de dag met energie in plaats van stress
- Ik sliep beter
- Mijn creativiteit kwam terug
- Mijn stemming werd stabieler
- Mijn band met mijn zoon werd sterker

Maar het belangrijkste: ik werd consistenter dan ik ooit was. Elke dag die ik liep, werd een bewijs aan mezelf: *Ik kan iets volhouden. Ook als niemand kijkt.*

Ik begon mijn ervaringen te delen op Linkedin.
Eerst voorzichtig. Toen openlijk. En de reacties kwamen binnen. Mensen herkenden zich in het zoeken naar rust. In het ritme. In het voorbeeld willen zijn voor je kinderen. Ik schreef over hoe mijn zoon op een dag zei: "We lopen van donker naar licht."

En dat raakte me. Want dat was exact wat er gebeurde. Niet alleen buiten. Maar ook in mij. Ik schreef over structuur. Over volhouden. Over hoe één kleine gewoonte de basis kan worden van een nieuw leven. En dat als je geen controle hebt over je situatie, je wél controle kunt nemen over je gewoontes. Elke stap telt. Ook als niemand ze ziet.

Inmiddels is het ruim een jaar geleden dat ik begon.
Ik heb élke dag 10.000 stappen gezet. Mijn zoon idem dito. Geen uitzondering. Geen excuus. We hebben gelopen in de regen, in de hitte, met spierpijn, met hoofdpijn, met een vol hoofd en met een leeg hart. Maar we gingen. Samen. En dat maakt me trots. Niet alleen op mezelf, maar misschien nog wel meer op hem. Op zijn doorzettingsvermogen, zijn discipline, zijn wil om dit vol te houden. Ik ben onwijs trots dat hij dit heeft gedaan, dag na dag. Niet omdat we nu 'gezond' zijn, maar omdat we samen hebben geleerd dat volhouden vrijheid geeft.

Wat begon als een manier om te ontsnappen aan mijn gedachten, werd een manier om mezelf terug te vinden. En ik weet nu: ook als alles wegvalt, heb ik altijd iets wat blijft. Mijn stappen. Mijn zoon. Mijn pad.

“Je hoeft het **pad** niet te zien, alleen de **volgende stap** te zetten.”

HOOFDSTUK 19
Gezondheid is de basis

"Nieuwe kracht ontstaat uit simpele keuzes."

Na mijn sanering wilde ik niet alleen financieel sterker worden, maar ook echt goed voor mezelf zorgen.
Al die jaren lag de focus vooral op het redden van mijn bankrekening en het onderhouden van mijn relaties. Maar ergens besefte ik: je kunt alles op de rit hebben, maar als je lijf niet meewerkt, sta je alsnog met lege handen.

Ik had jarenlang gesport in sportscholen. Alles gericht op spierpijn, schema's en abonnementen die steeds duurder werden. Maar eerlijk? Ik werd er niet gelukkiger van, het voelde vaak als moeten. Toen het geld krapper werd en de behoefte om simpel te leven groter, stopte ik met de gym, de abonnementen en de verplichtingen. Sporten moest geen 'moetje' meer zijn, maar iets dat in mijn leven paste. Geen schema meer op papier, alleen nog zelf de regie.

Dus begon ik thuis met trainen, gewoon via YouTube. Tien minuten, vijftien minuten, een beetje cardio, wat simpele kracht met eigen lichaamsgewicht. De eerste keren voelde het vreemd, alsof het minder waard was dan een uur in een sportschool. Maar langzaam kwam het besef: ik heb maar één lichaam, en dat moet jaren mee. Als ik mentaal sterk wil zijn, zal ik fysiek ook goed in mijn vel moeten zitten. Sterk word je niet alleen in je hoofd; een gezond lijf is de basis waarop je bouwt.

Dat gevoel nam ik mee in alles. Vooral met mijn kinderen. Samen gingen we op onderzoek: wat eten we nu eigenlijk, wat zit er in ons brood, hoe maken we simpele, gezonde keuzes betaalbaar?

We schakelden over van wit naar volkorenbrood.
De limonade werd ingeruild voor water, niet alleen goedkoper, maar ook beter. We maakten samen lijstjes: wat is gezond, wat kunnen we betalen, welke boodschappen vullen de voorraadkast én geven energie?
Soms reden we langs de boer, kochten aardappels direct van het land. Goedkoper, lekkerder, eerlijker.
We ontdekten nieuwe supermarkten, speurden naar aanbiedingen, combineerden voorraden met handigheid.
Boontjes uit de diepvries of koeling, niet meer uit blik.
Crackers werden volkoren, pindakaas werd 100%.
Vlees alleen nog in de aanbieding, vaker kiezen voor pasta of rijst. Steeds de vraag: hoeveel heb ik écht nodig, wat kan ik kopen voor maximaal zes euro per dag, en voelt dit nog gezond? Het werd bijna een sport: gezond eten met een klein budget.

Wat me achteraf vooral verbaasde, was hoe organisch die overgang eigenlijk ging. Ik dacht altijd dat het moeilijk zou zijn om oude gewoontes los te laten, dat het tijd, strijd of eindeloos doorzetten zou kosten. Maar gek genoeg liep het anders. Doordat ik midden in de sanering zat, voelde ik constant de noodzaak om bewust en zuinig te leven.
Stap voor stap vervingen we ongezonde keuzes door betere, zonder dat het als een groot project voelde.
Het ging sneller en makkelijker dan ik had verwacht.

Misschien was het juist die periode van sanering die alles in beweging zette. Wanneer de luxe verdwijnt en je keuzes klein worden, merk je dat verandering minder weerstand oproept. Wit brood, limonade, tussendoortjes; het slijt eruit voordat je het doorhebt, omdat het simpelweg niet meer in het boodschappenmandje past. Nieuwe gewoontes nestelen zich bijna vanzelf, zeker als je samen zoekt naar wat wél werkt.

Een van de belangrijkste aanpassingen was dat ik de gewone tussendoortjes verruilde voor fruit. Geen koekjes of chips meer, maar gewoon een appel, een banaan of wat druiven tussendoor. Op die manier bleef ik mezelf iets lekkers gunnen, maar wel op een manier die goed is voor lichaam en portemonnee.

Achteraf lijkt het alsof het allemaal precies op zijn plek viel toen het nodig was. Niet met kracht, maar met richting. Het ging niet om strenge schema's of onhaalbare doelen, maar om aanpassingen die bij mijn leven pasten en die zich, sneller dan ik had vermoed, eigen maakten. Sanering werd daarmee onbewust het startpunt van een gezonder, bewuster leven.

Ik leerde van de kleine dingen: etiketten lezen, vooruitplannen, zelf weer aanvoelen waarop mijn lijf goed draaide. Mijn BMI zat op het randje. Twee kilo eraf, dat moest kunnen met kleine aanpassingen. Minder of geen ongezonde tussendoortjes meer, vaker water drinken, en dus fruit als snack. Geen crashdieet, geen gekke fratsen. Gewoon aandacht en eerlijkheid. Niet streng, maar bewust. Soms kreeg ik zin in iets zoets of vets, maar dan dacht ik aan wat ik echt wilde: kracht opbouwen. Niet voor de spiegel, maar voor het leven.

Het mooiste was dat mijn kinderen meegingen in die verandering. Ze stelden vragen, werden nieuwsgierig. Soms mopperden ze ("mamá, waarom geen hagelslag meer?"), maar steeds vaker snapten ze het: goed voor jezelf zorgen is niet 'moeten', het is laten zien dat je jezelf waardevol vindt.

Ik kijk nu met trots naar wat er veranderd is. Geen dure sportschool, maar iedere dag even bewegen. Geen volle kar bij de supermarkt, maar een slimme voorraadkast waar elke euro telt. Geen obsessie met cijfers, maar langzaam terug naar een gezond gewicht – en vooral: een fit gevoel.

Want waar het om gaat is simpel: je hebt maar één lijf. Daar moet je zuinig op zijn. En als je lichaam krachtiger voelt, groeit je hoofd automatisch mee.

“**Verandering** kost minder moeite dan je **denkt**.”

HOOFDSTUK 20
Wat ik had willen weten voor het begon

"Had iemand dit maar eerder tegen me gezegd."

Sanering is geen traject. Het is een wereld. En die wereld is onbekend, verwarrend en soms onmenselijk strak geregeld. Toen ik er net instapte, voelde ik me als iemand die halverwege een marathon wordt neergezet zonder schoenen, route of voorbereiding.

Daarom dit hoofdstuk. Geen mooie volzinnen, geen metaforen. Gewoon een lijst. Eerlijk. Praktisch. Rauw. Voor wie het nog moet gaan doen. Voor wie net is begonnen. Voor wie grip zoekt.

1. Begin vandaag met voorraad aanleggen
Voordat je start, koop alles wat houdbaar is: schoonmaakmiddelen, pasta, rijst, koffie, kattenvoer, shampoo. Als je het nu kunt betalen, scheelt het straks maanden stress. Ik leefde maandenlang op mijn voorraadkast. Dat gaf controle, rust en trots.

2. Leer je administratie bijhouden
Elke maand moet je bewijs aanleveren: je inkomsten, uitgaven, bonnetjes, brieven. Bouw een systeem, digitaal of met mappen. Elke euro moet verklaard worden.
En geloof me: de rust van overzicht is het begin van herstel.

3. Maak spaarpotjes op je bankrekening
Open meerdere rekeningen en zet maandelijks geld apart voor vaste thema's. Ik had aparte potjes voor:

- Spaargeld van mijn kinderen
- Sport
- Kleedgeld
- Quality time
- Reserves
- En zelfs: eigen vermogen (€250,- per maand sparen)

Zolang je binnen je VTLB blijft, mag je sparen. En het geeft grip. Als er iets onverwachts komt, ben je voorbereid. Je hebt het georganiseerd. Persoonlijk hield ik mijn betaalrekening uitsluitend voor de vaste lasten. Als ik bijvoorbeeld ging sporten en daar iets voor moest betalen, dan deed ik dat eerst vanaf mijn betaalrekening. Daarna stortte ik het bedrag direct terug vanaf mijn spaarrekening 'Sport'. Zo hield ik overzicht en wist ik altijd precies waar mijn geld naartoe ging.

4. Gebruik een cadeaukaart voor je boodschappen
Mijn grootste besparingstip: koop aan het begin van de maand een cadeaukaart van je vaste supermarkt. In mijn geval: Albert Heijn, €150,- per maand. Dat was het. Meer niet.

Op elk bonnetje staat hoeveel saldo je nog hebt. Je koopt bewuster, minder impulsaankopen, en het voelt als een tastbare limiet die je helpt. Geen beperking, maar juist vrijheid.

5. Bereid je voor op het VTLB (Vrij Te Laten Bedrag)
Dit is het bedrag waarmee je moet rondkomen. Vaak veel lager dan je gewend bent. Laat je niet verrassen. Reken ermee. Test het alvast. Dat klinkt streng, maar het went sneller dan je denkt als je het serieus neemt.

6. Mensen snappen het niet, en dat is oké
Niet iedereen begrijpt wat je doormaakt. Dat hoeft ook niet. Je hoeft je niet te verantwoorden. Kies zorgvuldig wie je in vertrouwen neemt. Maar wees niet te trots om hulp te vragen, praktische of mentale hulp.

7. Houd ruimte voor trots
Klinkt gek, maar is essentieel. Zoek dingen waarin je je wél sterk voelt. Wandelen, iets voor je kind maken, een goede werkdag draaien. Je bent niet alleen een saneringsklant, je bent ook een mens die groeit.

8. Wachten hoort erbij
Je wacht op e-mails. Op uitspraken. Op geld.
Op duidelijkheid. Accepteer het. Vechten tegen het tempo maakt je kapot. Werk met wat je wél weet, wél kunt doen. Dat is hoe je de controle een beetje terugpakt.

9. Werk aan je hoofd, niet alleen aan je geld
Mindset is minstens zo belangrijk als financiën. Als je blijft denken als "de versie van jezelf die hier belandde," blijf je hangen. Begin met kleine overwinningen, met nieuwe patronen, met eerlijkheid tegenover jezelf.

10. Vraag een dierbare of je wekelijks op een vaste dag mag mee-eten.
Niet alleen bespaart het je geld, het geeft ook houvast, verbinding en iets om naar uit te kijken. Sanering gaat niet alleen over cijfers. Het gaat over steun, ritme en blijven voelen dat je erbij hoort.

11. Stel jezelf bij elke aankoop één vraag: heb ik het écht nodig?
Niet alleen bespaart het je geld, het geeft je ook bewustzijn, rust en controle. Sanering gaat niet alleen over getallen. Het gaat over keuzes maken die je sterker maken. Over leren onderscheiden wat je leven verrijkt en wat slechts een tijdelijke pleister is. Zo groeit er langzaam een nieuwe mindset: eentje waarin minder genoeg is, en genoeg voelt als vrijheid.

Sanering is niet het einde. Het is een reset. En als je weet hoe je moet beginnen, hoef je het einde niet meer te vrezen.

“**Rust** komt niet vanzelf, je moet het **regelen**.”

HOOFDSTUK 21
Het begin na het einde

"Vrijheid is geen beloning, het is het bewijs dat je bent blijven staan"

Achter elke 11e van de maand zat betekenis.
Achttien maanden lang stond ik elke keer stil.
Geen slingers, geen feest, maar wel bewust.
Een wandeling, een glas om te proosten, een moment om naar binnen te kijken. Elke 11e voelde als: *ik ben er nog*.
Ik ben onderweg. En nu is het zover. De laatste. Maar het voelt niet als een afsluiting. Dit is het echte begin.

Wat ik nu ga doen?

Ik ga weer terug naar wat ik het liefste doe: de sales in. Nieuwe mensen leren kennen, kansen zien, gesprekken voeren die ergens toe leiden. Maar dit keer op mijn voorwaarden. Ik werk zelfstandig, maar met een mooie opdracht die me net dat beetje zekerheid geeft om rustig te landen in dit nieuwe leven. Een leven zonder ketens.

Ik ga mijn eigen administratie doen, precies, overzichtelijk, en elke cent bewust. Ik maak dezelfde fouten niet meer. Geen impulsieve aankopen, geen materialistische verleidingen. Ik kijk nu verder. Naar spaarrekeningen die langzaam groeien. Naar vakanties die draaien om beleving in plaats van bezit. Naar het plannen van uitjes met mijn kinderen, afgestemd op wie zij zijn, niet op wat de buitenwereld vindt.

Ik kijk uit naar overzicht. Naar rust. Naar leven op mijn manier. Bewust. Vrij.

Want eerlijk? Ik weet niet hoe het voelt om schuldenvrij te zijn. Sinds mijn 19e heb ik altijd een onzichtbare last met me meegedragen. Er was altijd een bedrag, een schuld, een herinnering. Altijd een rekening in mijn hoofd, zelfs als hij niet op papier stond. En nu... is er stilte. Geen achterstand. Geen angst. Alleen ademruimte. Alleen vrijheid.

Mijn leven is simpeler geworden. Ik maak keuzes met een kompas, niet op automatische piloot. Ik blijf wandelen, trainen, schrijven, reflecteren. Alles wat mij versterkt, blijft. Wat mij vertraagt, laat ik los. Ik ben lichter gaan leven. Niet omdat alles perfect is, maar omdat ik weet wie ik ben. Ik ben gelukkig.
En ik ben vrij.

Ik hoop dat dit boek je iets heeft gegeven. Een inzicht. Een handvat. Een vonk. Voor mij waren deze 18 maanden de mooiste van mijn leven. Had je me dat vooraf gezegd, had ik je niet geloofd. Maar het is waar. Ik ben mentaal sterker dan ooit. En ik voel het in alles: ik ben klaar voor de toekomst.

Geloof me als ik zeg: jij kunt dit ook. Je kunt veranderen. Je gedrag, je patronen, je overtuigingen. Het zijn geen muren, het zijn deuren. Alles begint bij bewustwording. Blijf jezelf durven aankijken. Bij eerlijk zijn over wie je bent en waar je naartoe wilt. Het begint bij kiezen. Voor jezelf. Voor wie je echt bent.

Word de beste versie van jezelf. Niet om te voldoen aan anderen. Maar omdat je het waard bent. Jij leeft dit leven. Jij schrijft jouw verhaal. En jij kunt vandaag nog besluiten dat het anders mag.

Het schrijven van dit boek was een droom. En die is nu uitgekomen. Maar daarmee stopt het niet. Ik ga mijn uiterste best doen om dit boek bekendheid te geven. Niet voor mezelf, maar voor iedereen die er iets aan kan hebben. Of je nu in de sanering zit, eruit komt, of op een ander kruispunt in je leven staat: dit verhaal is er voor jou. En als het jou een klein beetje hoop, houvast of richting kan geven, dan is mijn missie geslaagd.

Dank je wel voor het lezen.
Dank je wel dat je even in mijn wereld wilde stappen.

Ik hoop met heel mijn hart dat jij óók mag meemaken wat ik heb meegemaakt. Niet alleen het einde van de schulden…

Maar het begin van een leven dat echt van jou is.

Jij verdient het.

“Het leven begint **niet opnieuw**. Jij begint het **anders.**”

WAT ALS JE ALLES KWIJTRAAKT, BEHALVE JEZELF?

In het boek *Sterker door de Sanering* vertelt Martijn zijn waargebeurde verhaal. Hij neemt je mee in zijn persoonlijke reis door de schuldsanering: *rauw, eerlijk en verrassend hoopvol.*
Geen slachtofferverhaal, maar een krachtige zoektocht naar verantwoordelijkheid, structuur en nieuwe gewoontes.
Terwijl de wereld doordraaide, leerde Martijn opnieuw vertrouwen op zijn eigen kracht, met vallen en opstaan.
Dit boek is geen handleiding, maar een houvast. Voor iedereen die ergens doorheen moet. Of het nu geldzorgen zijn, schaamte of het gevoel vast te zitten: *dit verhaal laat zien dat je met kleine stappen grote veranderingen kunt maken.*
Laat je raken, motiveren en verrassen. Want soms begint een nieuw leven... juist als je denkt dat het oude instort.

OVER DE AUTEUR

Martijn weet hoe het is om alles op het spel te zetten en opnieuw te beginnen. Als ondernemer, vader en mens ging hij door de schuldsanering heen zonder zichzelf te verliezen. Sterker nog: hij werd er scherper, helderder en menselijker van. Met dit boek wil hij anderen helpen hun weg te vinden in moeilijke tijden. Niet met advies, maar met eerlijkheid, structuur en hoop.