

MARC WILHELMUS

Voor hetzelfde geld
GELUKKIG



Maak van jouw geld een goede vriend
en ontdek wat je nodig hebt voor een leuker leven

Voor hetzelfde geld gelukkig

©Marc Wilhelmus, 2025

Redactie & vormgeving: Daniëla Postma,
Jouwlevenineenboek.nl

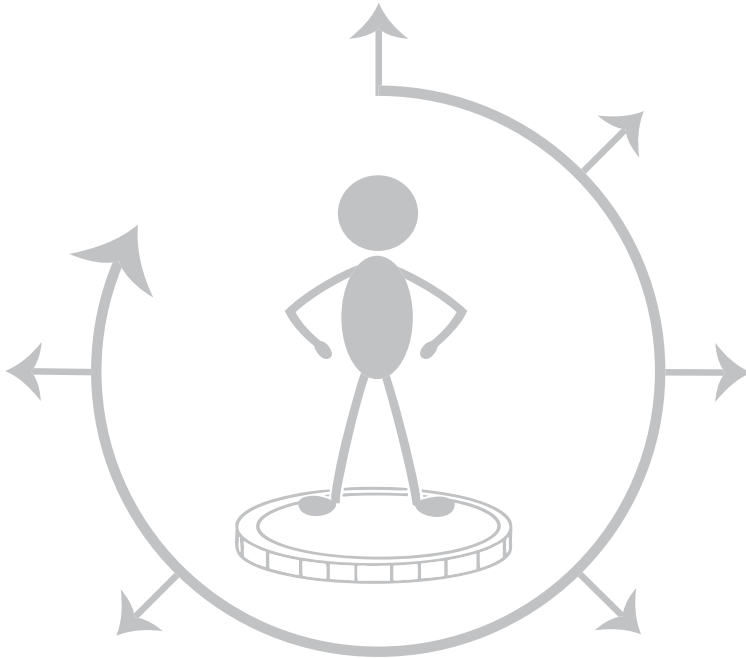
Illustraties: Daniëla Postma

Afbeeldingen geldtypes: ©7LIFE (Maroesja van der Pols)

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Maak van jouw geld een goede vriend
en ontdek wat je nodig hebt voor een leuker leven

Voor hetzelfde geld **GELUKKIG**



M A R C W I L H E L M U S

Voorwoord

Als je lijkt op de meeste mensen die ik als coach begeleid, moest je moed verzamelen om dit boek te gaan lezen. Je bezighouden met geld voelt misschien letterlijk als een 'moetje'! Toch doe je het. Het betekent dat je hebt besloten om in alle openheid en eerlijkheid te onderzoeken hoe jij met het geld in je leven omgaat en of dat je wel helpt om je doelen te bereiken. Wat goed dat je die confrontatie aandurft!

Tegelijkertijd vermoed ik dat de echte drijfveer om dit boek te lezen, net als ooit bij mij, dieper zit. Ik vermoed dat je jouw leven anders wilt gaan vormgeven. Misschien ben je op zoek naar ander werk of wil je privé niet langer doen wat je altijd al deed. Je realiseert je dat jouw relatie met geld daarbij een hulpmiddel kan zijn of een obstakel. En je kiest liever voor de beste optie: geld als hulpmiddel. Ik hoop dat je dankzij *Voor hetzelfde geld gelukkig* zult ontdekken hoe leuk het is om met geld bezig te zijn – zodra je het vanuit dat bredere perspectief gaat bekijken: geld als een steuntje in de rug om dat ene doel te bereiken dat van jou een gelukkig(er) mens maakt.

In dit boek ga ik met je delen wat ik daarover zelf heb geleerd. Ik liep in mijn eigen leven regelmatig tegen mezelf aan en kwam ook andere hindernissen en valkuilen tegen. Gelukkig ontdekte ik dat ik lastige situaties steeds op een positieve manier kon veranderen: door te blijven nadenken over de stappen die ik (nog) wel kon zetten. Dat is wat ik als coach nu ook aan anderen leer. Je zult hiervan voorbeelden gaan tegenkomen in dit boek. In deze voorbeelden zijn de namen en situaties uiteraard veranderd om de privacy van de betrokken personen te waarborgen.

Zodra je weet welke overtuigingen jouw relatie met geld bepalen, welke regels over geld je hanteert en wat je daarom met geld doet (of juist niet doet), kan geld je gaan helpen in je leven en je ondersteunen in het bereiken van je diepere doelen. Die gezondere relatie met geld zal dan ook gaan doorwerken op andere terreinen in je leven. Voor je het weet, blijf je echt tot veel meer in staat dan je denkt!

Marc Wilhelmus

Inleiding

In dit boek ga je ontdekken hoe jij een gezonde relatie met geld kunt krijgen en wat dat inhoudt. Je leert hoe je voortaan een ontspannen leven kunt leiden, zodat je je kunt concentreren op wat er voor jou écht toe doet.

Nee, ik ga je geen beleggingstips geven om snel rijk te worden. Daarover zijn al genoeg boeken geschreven. Dit boek gaat je op een andere manier rijk maken.

Voor hetzelfde geld gelukkig is niet voor niets de titel van dit boek geworden. Je hoeft niet méér te verdienen of te doen om een fijner leven te leiden. Geld is een middel, niet het doel op zich. Maar geld kan wel een blokkade vormen om bij je diepste verlangens uit te komen.

Hoe vaak ik mensen niet heb horen zeggen: 'Ik kan niet goed rekenen', 'Financiële zaken zijn niets voor mij' of 'Geld is niet belangrijk'. Dit soort uitspraken over geld blijken belangrijke wegwijzers, richting vrijheid. Uitspraken over geld staan ergens voor. Ze wijzen ons de weg naar diepgewortelde opvattingen en overtuigingen die ons afhouden van het bereiken van de meest betekenisvolle levensdoelen. Sterker nog: ze verhinderen ons om van het leven te genieten, ongeacht de hoeveelheid geld die we bezitten.

Wees niet verbaasd als het onderwerp heftige emoties in je gaat oproepen. Ik werk al jaren met dit thema en zie dat bij iedere workshop of training gebeuren. Daarom ga ik je óók onderdompelen in de psychologie van geld en de gevoelens die kunnen opdoemen – zoals schaamte. We staan stil bij je mindset, het 'geldtype' dat je bent, de invloed van je emoties en je omstandigheden, je kennis en vaardigheden en waarom financiële integriteit zo belangrijk is.

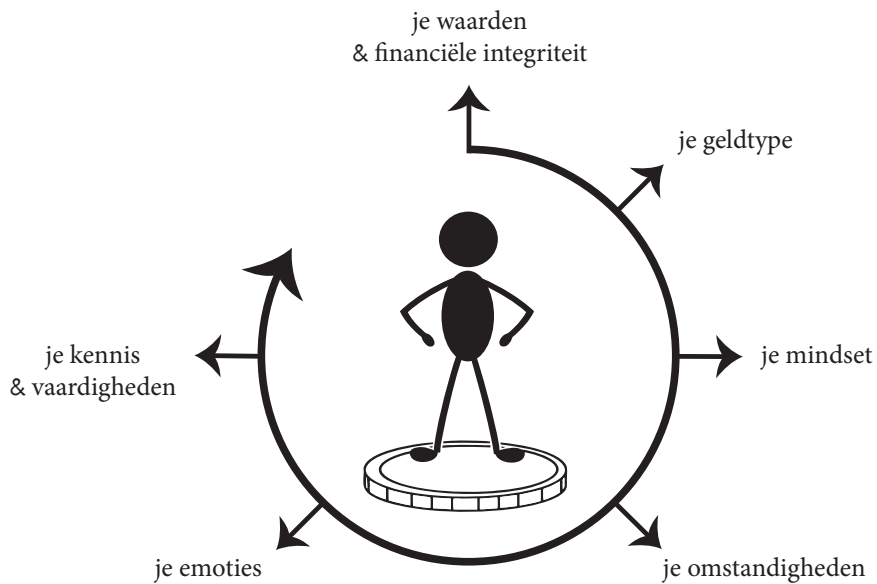
De meeste mensen die ik als professional coach mag begeleiden, zijn zichzelf ondergeschikt gaan maken aan de hoeveelheid geld in hun leven (of dat nu veel of weinig is). Herken je dat? Ik ga je leren om het om te draaien: zodat het geld in jouw leven jouw doelen gaat dienen en ondersteunen, in plaats van ze in de weg te staan.

Daarbij helpt het als je weet wat je met je leven wilt. Dat ga ik dus ook met je bespreken. Hoe maak je een levensplan dat past bij wie jij bent?

Heb je voor je gevoel al een gezonde relatie met geld? Zelfs dan zou het mij niets verbazen dat je in dit boek waardevolle tips en/of inzichten ontdekt, die je helpen om jezelf verder te ontwikkelen.

Wat vind je in dit boek?

Het uitgangspunt voor onze ontdekkingsreis wordt een model dat ik heb ontwikkeld om de relatie van mensen met geld goed in beeld te krijgen: het Geld Bewust Zijn-model. In dit model heb ik alles zichtbaar gemaakt dat beïnvloedt hoe jij het geld in jouw leven beleeft.

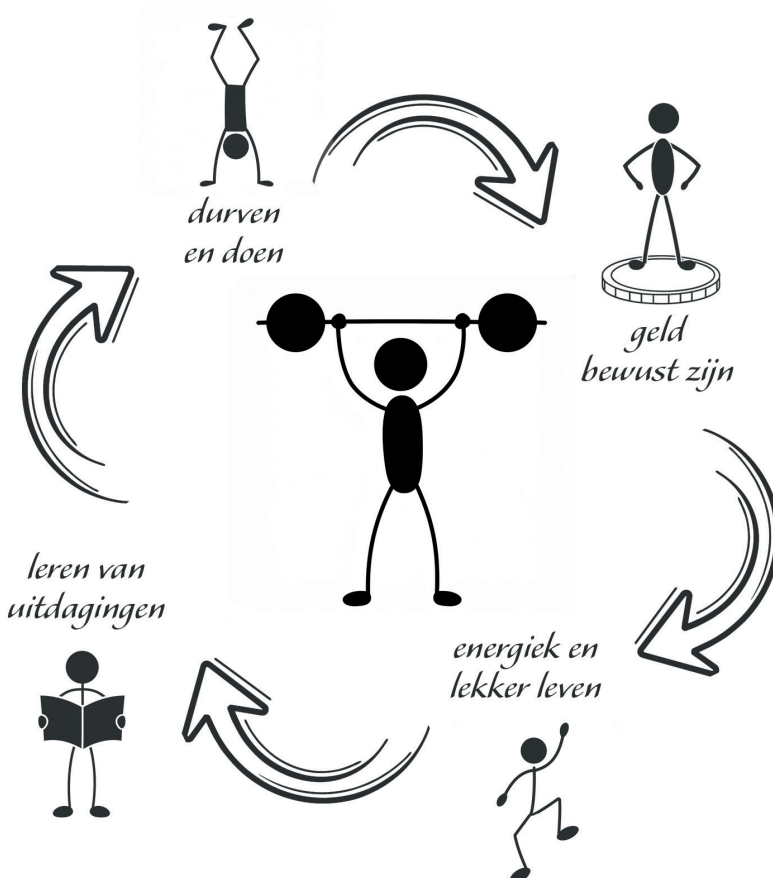


het Geld Bewust Zijn-model

Jouw wensen verwezenlijken i.p.v. negeren

Met de juiste acties is misschien niet alles mogelijk, maar wel veel meer dan je nu denkt. Dat vraagt wel wat van je. Wil je echt iets aan dit boek hebben, dan moet je open staan voor nieuwe ideeën, eerlijk naar jezelf durven kijken en de bereidheid hebben om veranderingen in je leven aan te gaan. Vandaar het figuurtje hieronder in het midden: hoe meer je de oefeningen doet die in dit boek staan, hoe krachtiger je wordt! Dat is toch een fantastisch vooruitzicht? Let's go!

In vier delen gaan we in dit boek uitzoeken wat jij nodig hebt om een gezonde relatie met geld te ontwikkelen, zodat je een leven kunt creëren waarin je jouw wensen kunt verwezenlijken i.p.v. ze te onderdrukken en negeren.



Deel 1 - Geld bewust zijn: in dit deel neem je jouw relatie met geld onder de loep. Ik heb daarvoor de 'Geld Bewust Zijn'-methode ontwikkeld. Welke overtuigingen en ervaringen heb jij als het over jouw financiële situatie gaat? Wanneer helpt dat jou en wanneer zit dat je juist in de weg? Heb je last van taboes of schaamte, en hoe beïnvloedt dat je leven? Je gaat met gerichte oefeningen jouw kennis, inzicht en vaardigheden vergroten. Je gaat onderzoeken welke 'geld-voorkeurstijl' jij zou kunnen hebben.

Deel 2 - Energiëk en lekker leven: in dit deel ga je ontdekken wat je nodig hebt om jouw eigen levensplan te ontwerpen. Je gaat stilstaan bij wat voor jou belangrijk is. Welke kwaliteiten wil je in jouw leven realiseren? Welke waarden heb jij daarvoor nodig als kompas? Wat moet je aan veranderingen doorvoeren in je leven en wie kan jou daarbij helpen?

Deel 3 - Leren van uitdagingen: in dit deel ga je jouw brein trainen, zodat je minder last hebt van de soms onvermijdelijke obstakels in je leven. Daarvoor maken we gebruik van ACT (Acceptance en Commitment Therapy). Met ACT leer je vanuit een waardevrije blik naar jezelf te kijken en ontspannen om te gaan met lastige situaties en gevoelens. Zo komt er meer ruimte in je hoofd om creatief in te gaan op wat er speelt in je leven. Dat zal ook jouw relatie met geld en je 'geld-mindset' positief beïnvloeden.

Deel 4 - Durven en doen: in dit deel krijg je tips hoe je gemotiveerd blijft om veranderingen aan te gaan, ook als je omgeving kritisch op je plannen reageert en het soms lastig is om vol te houden. Hoe houd je je focus op het leven dat jij wenst, je enthousiasme en je commitment?

Oefeningen

Aan het einde van elk hoofdstuk vind je oefeningen. Schrijf je liever niet in het boek? Via de QR-code achter in het boek kun je gratis een werkboek downloaden waarin je de antwoorden op de vragen van elk hoofdstuk kunt invullen.

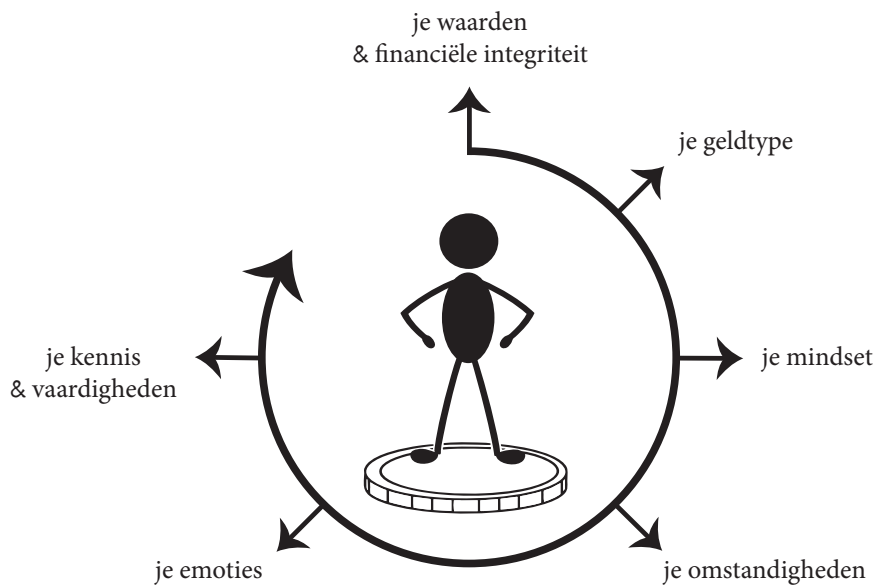
Wanneer je dit boek van begin tot eind hebt gelezen (en alle oefeningen hebt gedaan!), zal jouw relatie met geld veranderd zijn. Je weet wat je moet doen om meer vrijheid en rust te ervaren en je zult je daardoor gelukkiger voelen. Natuurlijk zullen er af en toe ongemakkelijke situaties blijven opduiken, maar voortaan sta je zelf anders in het leven. En dat maakt letterlijk een wereld van verschil. Je bent psychisch flexibeler geworden en kunt steeds terugvallen op een levensplan dat past bij wat jij wilt bereiken.

Kom je er toch niet helemaal alleen uit?

Eerlijk is eerlijk. Het blijft soms lastig om in je eentje steeds weer voldoende motivatie te vinden om door te gaan. Zelfs als je nu eindelijk weet hoe je dat moet doen. Ook kan de verleiding groot zijn om confronterende oefeningen over te slaan. Ik raad je daarom aan om een maatje te zoeken, met wie je dit boek samen kunt doornemen.

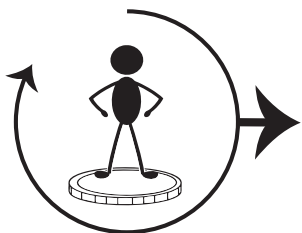
En uiteraard mag je mij inschakelen. Het lijkt me fijn om jou in dit prachtige proces te begeleiden! Meer informatie over mij en mijn werkwijze vind je op mijn website:

marcwilhelmus.nl



Deel 1

Geld bewust zijn



hoofdstuk 1

Geld en omstandigheden

In onze wereld zijn er genoeg geld en middelen beschikbaar om iedereen een prettig leven te laten leiden. Helaas is dat niet eerlijk verdeeld en bestaat er veel ongelijkheid tussen mensen. Het maakt uit in welk land je wordt geboren, wat jouw culturele achtergrond is en in welke omgeving je opgroeit. Zelfs in 'rijke' landen leveren sommige mensen iedere dag een gevecht om te overleven, alleen al om te kunnen eten en drinken en een dak boven hun hoofd te hebben.

Misschien ervaar jij in jouw leven ook allerlei tekorten. Dat kan het lastiger maken om te bereiken wat je wilt. Misschien heb je een sterk karakter, zodat je niet gauw zult opgeven. Dan zul je ervaren dat het je meestal lukt om je uit ongunstige omstandigheden te bevrijden – omdat je er echt in gelooft. Niet iedereen is daartoe in staat. Ik geloof echter dat veel mensen hun levensomstandigheden zouden kunnen verbeteren, als ze maar wisten *hoe*. En ik hoop dat mijn boek daaraan een bijdrage levert.

Een stap terug in de tijd

Vroeger lag, al voor je geboren werd, je hele leven vast. Je afkomst bepaalde je toekomst. Als je opgroeide in een vissersfamilie, werd je visser – net als alle generaties voor en na je – en verdiende je het inkomen van een visser. Dat was overigens meestal nog niet eens zo slecht. Groeide je op in een rijke familie, dan was de kans groot dat ook jij je verdere leven moeiteloos in al jouw behoeften zou kunnen voorzien.



Veel mensen zaten destijds helaas gevangen in een systeem van armoede: ze groeiden op in erbarmelijke omstandigheden met ouders die nauwelijks genoeg geld hadden om goed voor hun kinderen te zorgen. Van comfort was geen sprake, ziektes waren er volop en de levensverwachting lag voor de meeste mensen dus erg laag. Als je de dertig haalde, had je geluk en was je al oud. In het ergste geval leek je eerder een slaaf dan een werknemer – of je was echt tot slaaf gemaakt en niet in staat om eigen beslissingen te nemen. Het was vrijwel onmogelijk om los te komen van het milieu waarin je was opgegroeid.

Was je een vrouw? Dan waren je rechten heel beperkt. Je kon het huishouden doen en voor de kinderen zorgen of meehelpen op het land. Rijke dames hadden iets meer privileges, maar vergeleken met mannen hadden ook zij minder mogelijkheden. Nog tot 1956(!) werden gehuwde vrouwen 'handelingsonbekwaam' geacht. Ze moesten hun man om geld en toestemming vragen, als ze bijvoorbeeld kleding of apparaten wilden kopen. Ook konden ze geen verzekeringen afsluiten of geld van de bank halen. Pas in 1957 kwam een wet die deze ongelijkheid ophief.

Daarnaast moest je vroeger van goede afkomst zijn om je politieke stem te mogen uitbrengen. In Nederland kreeg de 'gewone man' dat recht pas in 1917 en vrouwen moesten zelfs nog tot 1919 wachten.

Gelukkig is in korte tijd veel ten goede veranderd. In veel landen kun je tegenwoordig al vanaf jonge leeftijd jezelf ontwikkelen en opleidingen volgen. En al blijft de plek waar je opgroeit van invloed op je keuzes en zelfs op het besef dat je keuzes *hebt*: als je niet te snel opgeeft, is er vaak meer mogelijk dan je denkt.

Kom je dan nooit in de problemen als je wél genoeg geld hebt? Nee, ook als je deel uitmaakt van een rijke familie en een vermogen erft, gaat het soms helemaal mis – bijvoorbeeld omdat je niet hebt geleerd om er de juiste waarde aan toe te kennen.

Gezondheid

Je gezondheid kan ook een groot struikelblok vormen voor je welzijn. Als je ziek wordt, is het allerbelangrijkste om eerst goed voor jezelf te zorgen en te werken aan je herstel. Dat lijkt logisch, maar het gebeurt vaker niet dan wel. Denk maar aan mensen die ondanks ernstige stressklachten blijven doorgaan. Dat gaat ten koste van henzelf, met alle gevolgen van dien. Vanuit geld-perspectief is dat eigenlijk niet slim: een slechte gezondheid kost uiteindelijk meer geld dan het voorkomen van ziektes als burn-out en het investeren in herstel!

Daarnaast blijft veel talent 'op de plank' liggen. Mensen met chronische aandoeningen krijgen nauwelijks de kans om te laten zien wat ze waard zijn, omdat ze niet goed in het malletje van een betaalde baan van negen tot vijf passen.

Mijn eigen omstandigheden

In 2010 kreeg ik een burn-out. Twee jaar had ik nodig om daarvan te herstellen. Dat nooit meer, besloot ik. Maar ik had geen idee hoe dan. Samen met een life-planner maakte ik een plan voor mijn leven. Ik wilde doen waarin ik goed was, maar dat moest ook iets zijn wat ik leuk vind en wat mij enthousiast maakt. Het was me daarom al snel duidelijk dat ik niet meer in loondienst wilde werken. Ik wilde mijn eigen bedrijf beginnen, als trainer en coach. Helaas stond mijn relatie met geld me meteen al in de weg: ik vond het erg spannend om een goede baan



op te geven voor een onzeker bestaan als ondernemer. Tot die tijd had ik in de bankwereld gewerkt, waar ik als financieel planner goed verdiende. Mijn salaris en de uitstekende secundaire arbeidsvoorwaarden waren voor mij een soort gouden kooi geworden. Financieel was het niet aantrekkelijk om iets anders te gaan doen. En dus bleef ik er (te) lang hangen. Omdat ik meer verdiende dan ik nodig had, gaf ik het met het grootste gemak aan onzinnige dingen uit. Dat hield de gedachte in stand dat ik veel geld moest verdienen om alle kosten te kunnen dekken die ik maakte.

Het ontmoedigde me daarnaast dat er al zo veel coaches in Nederland rondlopen; het leek net of er voor elke inwoner in Nederland een coach is. Dat idee op zich is niet eens zo verkeerd. De wereld zou er vast mooier uitzien als iedereen professioneel wordt begeleid door iemand anders. Maar het plaatste mij wel voor een uitdaging. Waarom zouden mensen dan ervoor kiezen om met *mij* in zee te gaan?

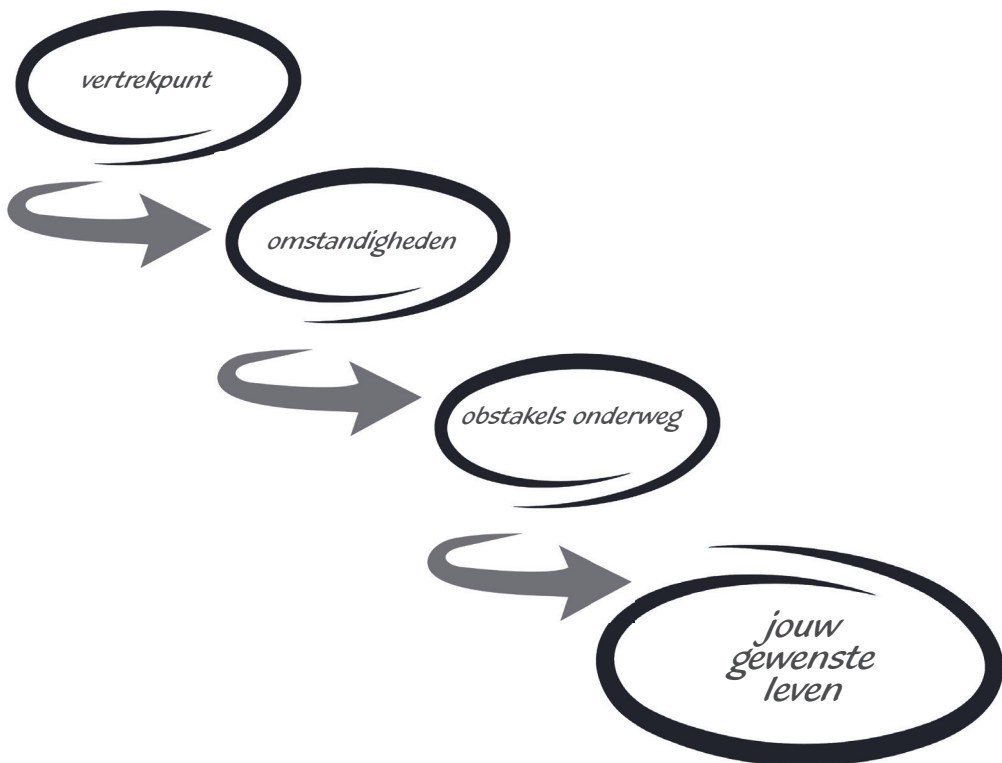
Sommige mensen om mij heen geloofden niet zo in het concept van trainer en coach zijn. Daarvoor droegen ze diverse redenen aan. Sommige redenen begreep ik wel. Mijn timing was bijvoorbeeld niet handig. Toen ik de eerste van een reeks ambachtelijke coach- en trainersopleidingen ging volgen, een dure opleiding van twee jaar, zat de economie in zwaar weer en leek het wel of niemand zich meer een trainer of coach durfde te veroorloven.

Toch vond ik de energie om door te gaan, ondanks de waarde die ik aan de mening van deze vrienden hechtte. Ik wist 'ergens' in mezelf, al had ik geen idee hoe dan, dat het klopte wat ik wilde. Sindsdien ben ik me blijven ontwikkelen in mijn vak en heb al vele certificeringen gekregen.

In het begin hielpen mijn kennis en vaardigheden me helaas niet om me zeker genoeg van mezelf te voelen en dus helemaal voor het ondernemerschap te kiezen. Allerlei mindfucks zorgden ervoor dat ik nog lange tijd in plannen maken bleef hangen. Die plannen waren leuk, maar ze brachten me niet verder. Ik zie dat nu terugkomen bij mijn cliënten: de twijfel of je het wel kunt én de angst dat niemand op jou zit te wachten. Vooral dat laatste heb ik zelf als een taaie tegenstander ervaren.

Maar als ik eerlijk ben? Dan was het vooral het thema 'geld' dat mij weerhield om mijn tijd voor 100% aan mijn eigen bedrijf te besteden. Ik kon en durfde dat lange tijd niet. Geld was in mijn leven het grootste obstakel om voluit te leven. En ik weet dat ik niet de enige ben, al is dat voor mij nu gelukkig allang verleden tijd. Daarom heb ik *Voor hetzelfde geld gelukkig* geschreven: zodat ook jij een gezonde, bewuste en positieve relatie met geld kan ontwikkelen en een heerlijk en ontspannen leven kan leiden.

Wat er in jouw leven gebeurt, heeft invloed op je relatie met geld. Denk aan trouwen en samenwonen, een huis kopen, puberteit, studerende kinderen, met pensioen gaan, ontslag, echtscheiding, ziekte en overlijden. Dit soort veranderingen heeft impact op jou en je moed om iets van het leven te maken. Ik noem het 'life events'. In latere hoofdstukken zul je hiervan meerdere voorbeelden gaan tegenkomen.



Omgaan met je omstandigheden

Ieder mens begint het leven vanaf een bepaald punt, waarover we weinig te zeggen hebben, je **vertrekpunt**: je wordt geboren in een bepaalde omgeving met arme of rijke ouders, in een villawijk of achterstandsbuurt. Vanaf dat moment zullen allerlei **omstandigheden** opduiken in je leven waarom je niet hebt gevraagd, de zogenaamde **obstakels onderweg**. Hoe jij met die omstandigheden omgaat, bepaalt je mogelijkheden. Soms kun je je externe omstandigheden veranderen. Als dat niet lukt, kan je bijvoorbeeld kijken hoe jij je verhoudt tot die omstandigheden. Daarop zal ik in deel 3 terugkomen.

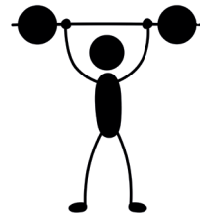
Maar neem voorlopig dit maar van me aan: de hoogte van alle obstakels die je tegenkomt, hoeft je niet te weerhouden om toch **jouw gewenste leven** te kunnen leiden.

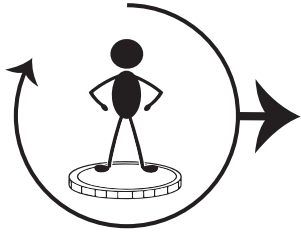


Schrijfoefening: Inzicht in jouw levensloop

Beantwoord voor jezelf de volgende vragen:

- In welke omstandigheden verkeer jij?
- Hoe zou jij je vertrekpunt noemen: gunstig of minder gunstig? Waar komt dat door?
- Wat heeft jouw vertrekpunt met geld te maken?
- Heb je het gevoel dat je meer obstakels moet overwinnen dan anderen door jouw vertrekpunt?
- Heb je het gevoel dat je wel kan bereiken wat jij graag wilt in jouw leven? Zo nee, waarom niet? Zo ja, hoe doe je dat?





hoofdstuk 2

Geld en mindset

Als economiestudent leerde ik dat markten rationeel zijn. Dat zou betekenen dat mensen op een verstandelijke (en verstandige) wijze met geld omgaan. Als financieel planner en adviseur ontdekte ik echter dat de emoties vaak overheersen – en meestal in negatieve zin.

Veel mensen zien geld vooral als een noodzakelijk 'kwaad', waarmee ze zich liever niet te veel bezighouden. Dat werkt door in hun gedrag. Meerdere keren maakte ik mee dat we samen een financieel plan opstelden – en dan bleek, na een jaar of twee jaar, dat al dat geld voor heel andere zaken was gebruikt.

Waarom gebeurde dat? Waarom staat wat mensen doen met hun geld zo vaak op gespannen voet met hun gewenste leven? En waarom werken ze zichzelf tegen, ondanks een goed doordacht plan, om hun doelen te bereiken?

Dit gedrag fascineerde me. Ik zal in dit boek met een aantal voorbeelden hierop terugkomen. Herken je het nu al? Dan nodig ik je uit om verder te lezen. Ik ga je helpen om dat positief te veranderen.

Let's go!

